Наталья КУЛАКОВА

ВТОРОЙ ГОД ЖИЗНИ

РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Мы смотрим на своего ребенка и думаем: «Как его любить? Как понять? Чему учить и как развивать? А если он оказывает нам сопротивление, не слушается, сердится?» Первый год жизни сменяет второй, и начинается новый этап в отношениях с малышом. Нам приходится учиться считаться с его мнением. Эта книга – практическое руководство для родителей, продолжение книги «Развитие ребенка. Первый год жизни». В ней рассказывается о том, как бережно и с умом развивать заложенные в ребенке способности, как помочь ему вырасти счастливым, успешным и творческим человеком. Написана она автором методик раннего развития и статей по воспитанию детей, руководителем Центра культурного воспитания, монтессори-педагогом с двадцатилетним стажем, лингвистом, кандидатом филологических наук, мамой четверых детей. В этой книге родители найдут ответы на многие волнующие их вопросы.

- Наталья Кулакова
  - Предисловие
  - Часть 1
    - Поддерживаем познавательный интерес ребенка
    - Создаем доброжелательную и интересную среду
    - Развиваем в ребенке самостоятельность
    - Учим ребенка созидать, а не разрушать
    - Играем
    - Ставим первые научные опыты
  - Часть 2
    - Учимся принимать ребенка таким, какой он есть
    - Переживаем первые кризисы
    - Кризис или непослушание?
    - Стараемся не усугублять кризис
    - Наполняем эмоциональный резервуар ребенка
    - Избегаем запретов
    - «Палочки-выручалочки»
  - Часть 3
    - Спасаемся от острых зубов
    - Справляемся с истериками
    - Прощаемся с молочком
    - Путешествуем
    - Приучаемся к горшку
    - Учимся общаться
    - Питаемся

- Играем, занимаемся, исследуем…
- Часть 4
  - Становление речи и причины отставания
  - О чем стоит беспокоиться?
  - О чем не стоит беспокоиться?
  - Разные стратегии в освоении языка – мальчики и девочки
  - Ускоряем процесс?
  - Расширяем словарный запас
  - Осваиваем грамматику
  - Тренируем дыхание и артикуляцию
  - Где нас подстерегают опасности?
  - Еще один язык?!
  - Передаем информацию через ведущий канал восприятия ребенка
- Заключение
- Приложение

Практический курс для родителей

Наталья Кулакова
Развитие ребенка. Первый год жизни. Практический курс для родителей

Предисловие

И держу на руках своего четвертого ребенка, наслаждаюсь ни с чем несравнимым запахом младенца и понимаю, что я обязана этому миру. Прежде всего за то, что я снова мама, за те бесконечные возможности, которые это дает каждый раз, и просто за постоянную, хорошо ощутимую поддержку свыше, которую получаю, когда делаю свое дело.

Я работаю с детьми, и мне часто приходится отвечать на вопросы родителей, иногда

по Интернету или на страницах родительских журналов. О, у думающих родителей множество вопросов! Что делать с подрастающим малышом? Как не навредить, что запрещать, а что позволять? Как справляться с упрямством и истериками? Как развивать речь и приучать к самостоятельности? По какой методике заниматься с малышом? Сколько времени в день посвящать развитию? Наконец, какой пластилин и краски безопасны для все тянущего в рот карапуза?

Поэтому я догадываюсь, в чем может материализоваться моя благодарность миру за все. Я напишу продолжение первой книги («Развитие ребенка. Первый год жизни»), я обязана поделиться своими находками, опытом, ответить на вопросы родителей. Возможно, она станет для кого-то подспорьем в нелегком деле осознанного воспитания и развития ребенка, тем более что те, кто прочитал про первый год, спрашивают: «А что дальше?»

До года все было и сложно, и просто одновременно. Все было ново для родителей, но не было самого главного, что ставит взрослых в тупик на втором году жизни крохи. До года ребенок еще мало проявлял собственную волю, не так часто протестовал, не топал ногой, настаивая на своем, и не кусал брата, чтобы отнять игрушку, он замирал от счастья, прижавшись к маме. Но вот он подрос… И тут тако-о-ое началось!

Особенно сложно с детками, с которыми родители усердно занимались, уделяли им много внимания, активно знакомили с миром, ведь они как личности развиваются быстрее. В учебниках по развитию речи можно прочитать, что ребенок начинает говорить о себе в первом лице, осознает себя как личность, выделяет себя в мире к трем годам… Ничего подобного! По моим наблюдениям, уже в полтора года, некоторые к двум говорят «я». Я – и все тут! Считайтесь со мной, учитывайте мое мнение, научитесь ладить со мной. Вот он и вылупился, характер…

Ломать его – себе дороже. Вырастет такой «сломанный» покорным, безынициативным, несамостоятельным и скучным. Не

ломать – не просто на шею сядет, на голову залезет. И что же делать?

Как и раньше, я призываю вас думать и задавать мои любимые вопросы «зачем?» и «почему?». Не спешите окружать ребенка стеной запретов. Спросите себя, что является вашей конечной целью – добиться послушания или все-таки вырастить счастливого и успешного человека. В то же время обозначьте границы. Где же золотая середина? Попробуем разобраться. Ведь мы совершаем немало ошибок, понимаем и раскаиваемся лишь годы спустя. В свое время меня поразила книга многодетной мамы знаменитой семьи Никитиных (Л. А. Никитина «Я учусь быть мамой»). В ней она годы спустя анализировала свой дневник, который вела, когда дети были маленькими. И что удивительно, на смену «Этого мы наказали», а «Этого мы в угол поставили» пришло «Сейчас бы мы этого пожалели», «А этому помогли справиться с…». Вот такая странная лояльность и жалость появляется с годами.

Другой важный вопрос на втором году жизни – развитие речи, коммуникативных способностей ребенка. Вроде бы рано еще беспокоиться, даже консультацию у логопеда получить можно не раньше двух с половиной-трех лет. А время-то будет упущено, благодатное время, когда у ребенка колоссально развиты компенсаторные возможности, когда многое можно наверстать, сгладить последствия неблагоприятной беременности, не вполне легких родов и т. д. Вот что утверждают нейрохирурги: «Если удалить участок мозга до трех лет, он восстанавливается, с трех до семи – другой участок мозга возьмет на себя функции удаленного, а дальше спрогнозировать сложно». В любом случае возраст до трех лет – это уникальный восстановительно-адаптационный период.

Так что же могут узнать родители про развитие речи в этот период? Заглянешь в Интернет: либо все очень примитивно – должен в норме столько-то слов произносить (кому должен?), либо ужас, нагнетаемый логопедами-дефектологами, от которого родители начинают метаться: «Мы не вписываемся в норму». И непонятно, как в эту норму вписаться, как в конце концов пересчитать слова в «речи» ребенка. «Гав-гав» считать за слово? А «ху» про поросенка – слово? Ведь кроме нормы нужно учесть генетику, анамнез родов и беременности, стратегию вхождения ребенка в язык, его пол, темперамент, межполушарную асимметрию, уровень стрессированности мамы и малыша и т. д.

Почти нигде ни слова о том, что нужно смотреть на ребенка в целом и, помимо активного словарного запаса (то, что кроха произносит), нужно оценить пассивный словарный запас (те

слова, которые он знает, понимает), способность к подражанию, коммуникативные навыки, умение жевать и глотать и т. п. Написать обо всем этом меня побуждают вопросы родителей.

Как и первая, эта книга не об уходе за малышом, это книга о развитии и воспитании и о взаимодействии с ребенком на втором году жизни. Она исключительно практическая, применимая в повседневной жизни, все мои советы проверены на собственных и чужих детях. Это книга о становлении родительства вообще и моего лично. Теоретические части в ней лишь для того, чтобы лучше понять, что мы делаем, почему и зачем.

Часть 1
Окружение ребенка. Как организовать пространство?

Поддерживаем познавательный интерес ребенка

Малыш рождается с огромной жаждой познания, которая дает ему возможность расти, развиваться, узнавать что-то новое. Любой предмет представляет интерес для маленького ребенка. Для него все ново, все в первый раз. А значит, каждый исследовательский бросок дает крохе дополнительную энергию. Наблюдая за маленьким ребенком, диву даешься: «Когда же он устанет?» Да никогда. Он ловит рукой струю из-под крана, она не ловится, проскальзывает мимо пальцев – открытие, восторг! Поймал жучка в коридоре, тот ползет, убегает – снова открытие, снова восторг и снова прибавка сил, толкающих на новые открытия. Взрослого удивить очень сложно. Что может нас привести в такой же восторг и придать столько сил? Посещение Ниагарского водопада, прыжок с парашютом, а может, самостоятельное путешествие по тайге?

Наша повседневная жизнь не похожа на повседневную жизнь крохи. Попробуйте взглянуть на этот факт не предвзято, ведь такие поразительные возможности даются нам лишь в раннем детстве. Невероятная движущая сила, которая раздражает и выматывает многих взрослых, заставляет ребенка все доставать, везде залезать, раскручивать, пробовать, рассыпать, размазывать и разливать.

После года малыш как раз входит во вкус и начинает действовать в полную силу, ведь у него теперь совсем другие двигательные возможности, он постепенно обретает самостоятельность и дотягивается до тех вещей, которые красовались в наших интерьерах нетронутыми в первый год его жизни.

Мы и не замечаем, как гасим интерес ребенка своими постоянными ограничениями, запретами, прерываем интересные игры, ограничиваем увлеченность крохи ради, например, режимных моментов: «Хватит играть, пора обедать!» Порой мы даже пугаем его, когда малыш, например, лезет в пепельницу или мусорное ведро, а мама или бабушка в этот момент истошно кричит. Впоследствии ребенок закрывается, боится лишний раз проявить инициативу.

А ведь развитие познавательных интересов еще очень пригодится для успешного обучения и для развития малыша в целом. Выходит, гасить интерес к миру, подавлять любопытство ребенка никак нельзя.

Какой же должна быть позиция родителей по отношению к этой всепоглощающей жажде познания? Поддержка, несомненно, но какая-то особенная. «Пусть делает что угодно» ведь тоже не подходит. Значит, придется искать какой-то компромисс.

Организуйте мир вокруг ребенка так, чтобы познание было безопасным и в то же время продуктивным. Для этого потребуется реорганизация пространства в доме, а также небольшая реорганизация своей головы.

Создаем доброжелательную и интересную среду

Сделайте ваш дом абсолютно безопасным. Для этого буквально проползите каждый сантиметр своей квартиры. Тяните, пробуйте и ковыряйте все, что вы видите с высоты своего положения на четвереньках. Моющие средства, лекарства, порошки, половые тряпки, растворители, клей, краски, таблетки для фумигатора и т. п. можно не пробовать, а сразу перенести в безопасное место. Не забудьте про уксус – он должен стоять очень высоко! Тяните за провод осторожно, ведь на голову может свалиться телевизор, или компьютер, или торшер… Уберите все, не раздумывая, спрячьте все, за что можно потянуть. Розетки закройте заглушками.

Не забудьте про ценные и острые вещи, например хрустальную вазу бабушки, папины линзы, вязальные спицы мамы. Все это нужно не просто поднять, но и убрать с глаз ребенка, ведь он будет просить, требовать, вожделеть интересные предметы стоящие на виду, но высоко. И в один прекрасный день он до них доберется. Попробуйте просчитать его маршрут: с пола на кресло, оттуда на подоконник, а там открытое окно. Закройте его понадежнее – существуют специальные замки. С пола на кровать, с кровати на тумбочку, а там бабушкины лекарства. Уберите их подальше.

Самая плохая идея для поддержания познавательного интереса – закрыть все нижние ящики и дверцы на замки и специальные заглушки от детей. Это делает ребенка беспомощным и блокирует пространство для исследования, а значит, гасит познавательный интерес. Единственное, что правомерно блокировать, – стиральная машина, телефон и плита, ведь блокировка не мешает крохе нажимать на все кнопочки и крутить тумблеры, просто приборы не реагируют.

Итак, мы получили неинтересное, стерильное пространство в зоне досягаемости ребенка, мы убрали все опасное, вредное, ценное, бьющееся, острое и пр. Боже упаси вас остановиться на этом – очень скоро ребенок взвоет от скуки, а вы – от требований постоянно его развлекать.

Мы должны заполнить это пространство интересным, разным, развивающим материалом, дающим маленькому исследователю пищу для размышления. Не нужно держать нижние ящики кухни пустыми, наполните их кастрюльками, формами для выпечки, деревянными лопатками, губками для мытья посуды, салфетками,

у кого хватит смелости – макаронами и чечевицей. То же самое сделайте в других комнатах – положите вниз интересное, но безопасное, поощряйте детей к исследованию, показывайте, где что лежит и как с этим можно играть и манипулировать.

Предметы будут очень быстро исследованы, поэтому постоянно пополняйте арсенал. Мне доводилось бывать в монтессори-садах в Италии. Для совсем маленьких детей там организованы зоны, корзины, а кое-где даже целые комнаты с сенсорными материалами. Это может быть что угодно: деревянные колобашки, веточки, бумага, кусочки тканей, бигуди, цепочки разного диаметра, втулки из-под туалетной бумаги, пластиковые бутылочки, наполненные разной крупой или разноцветной водичкой, шкатулочки и пр. Главное, что этим можно манипулировать, вкладывать одно в другое, заворачивать, прятать, проталкивать. Целые комнаты!

Покажите ребенку несколько вариантов манипуляции с предметами, а дальше просто наблюдайте. Больше всего дети любят предметы настоящие, из мира взрослых, так что можно не разоряться на колоссальное количество игрушек, тем более что порой это только вредит.

В одной из книг Мария Монтессори описывает проблемы, которые возникли у ее коллеги, занимающейся с детьми из привилегированных семей. Эта учительница обнаружила, что дети не могут ничем заинтересоваться, бесцельно бродят по классу, не могут ни на чем сконцентрироваться. М. Монтессори сделала вывод, что дети развивались (как и дети из очень бедных семей) в неблагоприятных условиях. Ребенок, комната которого заполнена яркими игрушками, а жизнь – мультиками, в какой-то момент перестает реагировать на стимулы, в которых отсутствует ярко выраженный развлекательный компонент. Его трудно чем-то удивить или порадовать, даже новые игрушки быстро надоедают. Так что научите своего ребенка удивляться обычным вещам, играть с простыми предметами, не спешите заваливать его дорогими игрушками.

Мы подошли наконец к вопросу реорганизации своей головы. Как вы это сделаете, не знаю, ведь я специалист в области детства. Видимо, вам потребуется ежедневный маленький тренинг-самовнушение. Расти и меняться будет не только ребенок, но и родители. Вам придется научиться спокойно относиться к тому, что малыш все вытаскивает, многое пробует на зубок, а кое-что может безвозвратно испортить. Сдерживайтесь, если хочется одернуть и запретить, сосчитайте до пяти, посмотрите, может, ничего страшного не произошло. Конечно, если ребенку очень нравится взрослый велосипед,

стоящий в прихожей, можно его закрепить, чтобы он не падал на ребенка, а колеса помыть, но в остальном придется терпеть. И не просто терпеть, а всячески поддерживать интерес ребенка. Если он не замечает этот самый велосипед, покажите, как крутятся педали, как позвякивает звоночек.

Мы не осознаем, что с умением удивляться, радоваться и проявлять настоящий интерес у нас проблемы. Ребенку, чья мама с наслаждением танцует, поет, рисует, с удовольствием готовит, с радостью моет посуду, трудно долго оставаться равнодушным, незаинтересованным чем-то, он невольно подражает нам, заражается от нас…

И еще про «страшно, проглотит, уронит, грязное и пр.». Мне вспоминается один разговор между мамой серьезно больного ребенка и довольно известным врачом: «С завтрашнего дня ребенку таблетки не давать». – «Мне страшно…» – «Тебе страшно, ты и принимай…»

Развиваем в ребенке самостоятельность

Организовать пространство вокруг ребенка нужно так, чтобы оно было развивающим, а малыш чувствовал себя в нем самодостаточным, то есть был спокоен и уверен. Здесь на помощь как раз придет монтессори-педагогика.

Мария Монтессори писала: «Дети – это лилипуты в стране великанов». В нашем мире им трудно дотянуться до выключателя, снять одежду с высокой вешалки, да даже забраться во взрослое кресло очень сложно. В Англии был проведен любопытный эксперимент: в одном кафе была воссоздана такая «детская ситуация» – огромные кресла, в которые нужно было карабкаться, как в детстве, громадные столы и диваны… В это кафе никто не хотел ходить, настолько некомфортно было взрослым, что кафе пришлось закрыть. Неудивительно, что дети желают проводить большую часть времени на руках у взрослых. Одна из причин – преодоление своей беспомощности.

В наших силах помочь ребенку. Крючки, вешалки и выключатели могут быть и пониже. Его зубная щеточка и ботиночки должны быть в зоне досягаемости. Это станет первым шагом на пути к самостоятельности. Если малыш сам сможет убирать и доставать вещи, это очень пригодится и для самооценки ребенка, и для сглаживания бунтарства в период его взросления. Дети чувствуют себя намного лучше, если их самостоятельность растет вместе с ними. Научите малыша пользоваться специальными подставками (продаются в мебельных магазинах), чтобы он мог дотягиваться до нужных ему вещей, научите карабкаться и спускаться, а также переносить подставку на другое место, сделайте в платяном шкафу (если у него нет детского) штангу на его уровне, а в ванной крючок для полотенца. Вы и не заметите, как ребенок полюбит пользоваться своими вещами, чистить зубки, умываться, убирать игрушки в красивый ящичек. Обязательно все это обыграйте (например, у моего первого сына крючок для полотенца был с зайчиком и такое же полотенце – как же он его любил, гордился, что у него *свое).*

Не ждите, когда дети начнут вам подражать – после года вы смело можете давать ребенку тряпку или щетку, когда вытираете пыль, – пусть помогает, вместе кормите домашних питомцев или

пылесосьте – пусть держит дверцу клетки и нажимает на кнопку пылесоса.

Конечно, наблюдая за тем, как малыш размазывает грязь, вытирая пыль со стола, или неумелыми ручками моет чашку, то и дело рискуя ее разбить, все время порываешься сделать сама – и времени займет меньше, а грязи и нервотрепки вообще не будет. В результате мы часто одергиваем: «Ты еще маленький, подрастешь, вот тогда и будешь делать!» И ребенок понимает, что любое его начинание бессмысленно, что он неловкий, неумелый. А это значит – быть самостоятельным не интересно и не нужно. Вместо этого скажите: «Ты уже большой и сможешь мне помочь» (это не значит, что не следует помогать ребенку, когда ему действительно нужна ваша помощь).

Итак, позаимствуйте из монтессори-педагогики мудрые принципы:

• Уважайте интересы и желания ребенка чем-то заняться.

• Больше наблюдайте, а не указывайте.

• Не прерывайте, если ребенок занят и сконцентрирован на чем-то.

• Хвалите за самостоятельность, не отмахивайтесь от инициативы малыша сделать что-то самому.

• Предметы, которыми пользуется ребенок, должны быть настоящими, а не игрушечными. То, чем он пользуется, должно быть в зоне доступа.

• Отведите ребенку свой уголок. Мебель малыша должна быть легкой и соответствовать его росту.

• Разместите на высоте роста ребенка его зубную щетку, мыло, полотенце, крючки для одежды, маленькую губку, тряпку для вытирания пыли, веник и совок.

• Позвольте ребенку выполнять какие-то «дела» – поливать цветок, протирать пыль и т. п. Это поначалу можно делать вместе.

• Предоставьте малышу право самому выбирать те или иные материалы и предметы для исследования, продолжительность занятий с ними, возможность совершать сколько угодно повторений и заканчивать работу в любое время. Вы лишь страхуйте и делайте мир вокруг безопасным.

• Давайте малышу возможность самому делать открытия, изучая свойства предметов, покажите один раз, для чего предназначены предметы, затем позвольте экспериментировать самому.

• Приучайте доводить начатое до конца, класть на место предметы (пока вы должны делать это за ребенка, просто проговаривая «положим на полочку», «выключим свет»).

Учим ребенка созидать, а не разрушать

Перенаправляйте познавательный интерес ребенка на созидание. Это можно сделать, наполнив его пространство не только безопасными, но и развивающими предметами и занятиями.

Что делают дети, когда у них нет материала и пищи для исследования, созидания или творчества? Ответ известен всем родителям детей старше одного года: они разносят дом! Особенно если ребенок не один. Каким же образом перенаправить эту разрушающую силу в созидательное русло? Не так сложно, как кажется.

Ребенок предпочитает находиться в той же комнате, что и взрослые. Это проверено. Взрослые (мама, папа, бабушка) бывают и в ванной, и в кухне, и в гостиной. Организуйте в каждой комнате интересное место для ребенка.

В ванной это может быть стеллаж с двумя встроенными тазиками небольшого размера (они должны находиться примерно на высоте 50 см), налейте в них воду и каждый день устраивайте там новое упражнение. Можно купить в магазине удочку и магнитных рыбок, можно маленьким ситом с ручкой вылавливать различные предметы: пробки, крышечки и проч. Можно переливать воду кружечкой из одного таза в другой, взбивать пену венчиком, переносить воду с помощью губки из одного тазика в другой, наливать воду с помощью воронки, стирать. Кстати, развешивание белья на веревку и закрепление с помощью прищепок развивают три пальчика, которые будут впоследствии активны при письме. Если такое чудесное место (оно может быть организовано и в кухне, и в коридоре) есть в доме, малыш может вообще забыть про присутствие взрослых, он целенаправленно проводит время там.

Некоторые родители не дают ребенку мелки или фломастеры, а тем более краски: «Разрисует все обои, да вообще весь дом». Велика сила искусства, но рисуют на всем подряд дети, которым необходимо «оставить след в мире». Это не шутка, это термин психологов для описания растущей личности. Значит, мало узаконенных вариантов таких «следов», проявлений. Если малыш с шести месяцев лепит из теста, рисует пальчиковыми красками на кафеле, с «развивалок» дважды в неделю приносит «шедевры», а его каляки-маляки красуются на импровизированной выставке и все ими восторгаются, потребность «оставлять следы» у него не так велика, как у ребенка, который всего этого лишен. Вывод один: помогите

малышу «оставлять следы». Прикрепите старые обои, заклейте, в конце концов, всю стену, покажите ребенку, где и как рисовать. Выдавайте мелки, когда ему захочется творить, сами предлагайте, подчеркните, что есть для этого специальная стена.

Регулярно рисуйте пальчиковыми красками. Это можно делать в ванной, если постелить на пол лист ватмана, полностью раздеть ребенка и выложить понемногу каждой краски на тарелочку. Разрешите малышу рисовать и на себе, потом просто вымойте его. А рисунок обязательно повесьте, покажите родственникам, похвалите.

Хлопотно? Однако переклеивать обои во всей квартире или в школьном возрасте разбираться с отсутствием познавательного интереса хлопотнее, уж поверьте.

Еще одна замечательная вещь в доме для «годовасика» – это ящик или тазик с крупой, так называемый «сухой бассейн». Его можно разместить в кухне. Он хорош для развития как сенсорики, так и мелкой моторики. И неважно, что дети все рассыпают. Если вы будете последовательны в своих требованиях и каждый раз будете убирать ящик, если ребенок бестолково рассыпает крупу, он усвоит правило «Не рассыпать». Но обеспечьте возможность пересыпать, копать, просеивать и т. д.

Не забудьте про рисование на манке. Для этого не обязательно покупать дорогостоящий стол, отведите один из кухонных неглубоких ящичков, доступный ребенку по высоте, и насыпьте туда тонкий слой манки. Открывая, малыш будет его встряхивать, выравнивая, затем пальчиком или палочкой снова выводить узоры. И опять «чистый лист», стоит только закрыть ящик.

В коридоре или в ванной (желательно в узком проходе) положите ортопедический коврик, рифленый или с набитыми на него камешками. Возможно, вы даже позволите себе сделать небольшой мостик (отличная вещь, в том числе для развития навыков движения в пространстве, вестибулярного аппарата), пусть его поверхность будет разнофактурной. Можно на дощечках, из которых он набран, пропилить различные узоры – полоски, кружочки и ромбики.

Это же касается и любых ступенек в доме (может быть, у вас есть двухэтажная кровать), они могут тоже стать сенсорным тренажером для малыша. На каждую ступеньку стоит наклеить разнофактурные ткани – поднимаясь по ним, ребенок невольно будет ощупывать их.

На стене можно прибить щит со всевозможными кнопками, крутилками, замочками, диском от старого телефона, звонком от старого велосипеда и даже настоящим рулем. А уж если умелые папины руки сделают дверцу со щеколдой, ребенок будет надолго занят. Возраст от года до двух – как раз период кручения, верчения, дергания, проталкивания и открывания-закрывания. В

создании такого модуля могут поучаствовать все члены семьи – мама сошьет сенсорные мешочки, наполнив их разными материалами и подвесив на шнурочки, а бабушка свяжет крючком маленькие мячики. Одним словом, придется немного пофантазировать.

Устройте дома своеобразную спортивную дорожку. Например, чтобы пробраться к каким-то интересным игрушкам, ребенку нужно будет пробраться через туннель (продается в магазинах), подняться по ступенькам, потом, может быть, скатиться с горочки, а затем подтянуться, чтобы вскарабкаться на подиум.

Обязательно обзаведитесь игрушками для развития движений: лошадкой-качалкой, велосипедом или машинкой, на которых малышу нужно передвигаться, отталкиваясь ногами; мячиками, которые придется пинать; коробками или подушками, через которые он будет перелезать (они же могут послужить и строительным материалом).

Покупая спортивный уголок, усовершенствуйте его. Куда и зачем двигаться ребенку? Возможно, наверх вы повесите говорящий плакат, к которому нужно будет подняться, чтобы нажать на кнопочки, или сделаете маленький чердачок, где поставите музыкальный центр с кнопками, или проведете свет. Не бойтесь экспериментировать и додумывать в соответствии с возрастом ребенка. Потратив несколько дней на организацию пространства для ребенка, вы сможете несколько месяцев, а может быть, и лет жить относительно спокойно: кроха будет не просто занят, но и развит.

Играем в полезные игры

Гиграйте в любимые в этом возрасте всеми детьми монтессори-игры, которые легко воспроизвести дома, разумеется под присмотром. Поначалу они покажутся вам очень сложными – ребенок будет все рассыпать и опрокидывать, но вы удивитесь, как быстро все изменится, если вы будете методично предлагать малышу одни и те же игры.

Пересыпание

Возьмите небольшой поднос со стаканом и кувшинчиком, наполовину заполненным крупой. Сначала покажите ребенку, как, держа кувшин правой рукой и придерживая левой, пересыпать крупу в стакан (или чашку), стоящий слева от кувшина. Покажите, как сметать рассыпанные крупинки щеткой.

Переливание

Проделайте те же действия с водой. Переходите к переливанию тогда, когда малыш хорошо освоит пересыпание. Помогите начать и закончить переливание.

Покажите, как собрать разлитую воду губкой. Разрешите ребенку налить себе молока или сока из кувшина в стакан, незаметно страхуйте его.

Найди крышечку по размеру

Возьмите 4–6 бутылочек или банок разных размеров с крышками (крышки можно хранить в небольшом контейнере), расставьте бутылочки на столе. Медленно снимите крышки и закрутите обратно. Сначала надевайте крышки, соответствующие размеру бутылочек, затем перемешайте крышки и дайте возможность ребенку самому подобрать нужные крышки к бутылочкам.

Разные закрывашки и замочки

Соберите в отдельную корзинку имеющиеся в доме кошелечки, шкатулочки, баночки от крема, контейнер из-под линз, очечницу и т. п. с разными видами замочков. Чтобы малышу было интереснее открывать, спрячьте в них маленькие игрушки. Периодически доставайте корзинку и показывайте, как открывать и что там спрятано.

Вылавливание из воды

Налейте в миску воды и бросьте туда несколько мелких предметов – кусочки пробки, веточки и т. п. Предложите ребенку с помощью маленького сита с ручкой выловить эти вещи и сложить их в тарелку, стоящую на подносе справа от миски. Сито малыш должен держать в правой руке, но не настаивайте; если он хочет держать сито в левой руке, тарелочку поставьте слева.

Просеивание

Перемешайте фасоль и манку (покажите отдельно фасоль и манку). Отделите крупу с помощью сита – для ребенка это похоже на фокус. Объясните, почему так получается, насыпав в сито сначала чистую манку, а потом фасоль. Просеянную фасоль надо пересыпать в приготовленную тарелку. Порадуйтесь вместе с малышом достигнутому результату.

Раскладывание

Положите в мисочку крупные бусинки двух цветов (по 5–7 бусинок каждого цвета) и справа от мисочки поставьте два блюдца. Предложите в одно блюдце сложить все красные бусинки, а в другое – все зеленые. Чтобы оживить игру, скажите, например, что это угощенье для мишки и зайки, причем мишка любит только вишни, а зайка – только крыжовник. Перекладывать бусинки надо по одной, беря тремя пальцами (покажите как). Если какие-то бусинки упадут на стол, попросите подобрать их с помощью совочка. Так же можно раскладывать крупные пуговицы, макароны, фигурки двух-трех цветов, орехи и пр.

Проталкивание

Проталкивать можно массажные шарики, геометрические фигурки, макароны, счетные палочки, монетки или деревянные пуговицы. Подойдут пластиковая банка с дыркой, прорезанной по размеру предмета, картонная коробочка, солонка, сортер и т. п. Так же можно втыкать палочки или макароны в тесто, можно даже сделать ежика и пофырчать – малышу понравится.

Собирание воды

Сначала научите ребенка переносить губкой воду из одной тарелки в другую. Поставьте на поднос две тарелки: слева с небольшим количеством воды, справа – пустую. Покажите, как пользоваться губкой, набирая ею воду в одной тарелке и отжимая над другой. Обратите внимание на то, что вода не должна капать с губки на поднос. Затем пролейте немного воды на поднос и покажите, как вытереть лужу, собрав ее губкой. Это упражнение имеет большое воспитательное значение: кроха, пролив что-либо, сможет убрать за собой. Научите малыша выжимать поролоновую мочалку и тряпочку.

Пересыпание и размешивание ложечкой

Поставьте на поднос две чашки: слева – чашку с крупой, а справа – пустую (обе чашки должны быть сухими). Вначале, двигая рукой ребенка, покажите, как набрать неполную ложку крупы, дождаться, чтобы крупа перестала сыпаться с ложки, и, плавно двигая рукой, перенести ложку к правой чашке и опрокинуть над ней. Помогите малышу набрать крупу, когда ее останется мало (подскажите, что надо нагнуть чашку левой рукой). Полезно сочетать это упражнение с размешиванием.

Например, ребенок может сам насыпать сахар в чай и размешать его. Дети очень любят размешивать ложкой, однако это не всегда получается: движения у ребенка еще резкие, ложка бьется о чашку, чай выплескивается. Помогите малышу, двигая вначале его рукой. Учтите, что крохе намного интереснее размешивать в воде вещества, которые, растворяясь, окрашивают ее. Проследите, чтобы ребенок правильно держал ложку. С этим упражнением можно связать много игр впоследствии: приготовление лекарств, еды и т. п.

Посыпание

Предложите крохе посыпать «песком» (манкой, пшеном) дорожку на столе шириной 5-10 см. Ограничьте ее чем-либо, например полосками бумаги. Поиграйте: дорожка может идти от одного игрушечного домика к другому. Песок надо сыпать тремя пальцами (сложив их щепоткой), не выходя за края дорожки. Можно делать дорожку между двумя палочками, играя во дворе, посыпать «сахаром» песочный «торт» и т. п.

Вытаскивание

В крышке коробочки или пластикового контейнера пробейте три дырки, через них пропустите атласные ленточки – красную, синюю и желтую (1–1,5 м длиной). Внутри контейнера завяжите узелки на концах лент, а на наружные концы привяжите, например, большие бусины соответствующего цвета. Заправьте ленты внутрь, покажите малышу, как вытягивать ленту, пятясь назад. Назовите цвета, когда ребенок вытянет все три ленточки, откройте крышку, снова заправьте ленты внутрь.

Коробочка с образцами тканей

Возьмите небольшую коробочку, положите внутрь по два лоскутка ткани различной текстуры (например, шелк, хлопок, шерсть, мохер и т. п.). Покажите малышу три пары лоскутков, наиболее контрастных по текстуре, затем перемешайте их и попросите ребенка найти пары, ощупывая их руками. Когда малыш поймет смысл упражнения, добавляйте другие лоскутки. То же самое можно делать с квадратиками, вырезанными из

картона (по два кусочка одного цвета).

ВОЛШЕБНАЯ КОРОБОЧКА (МЕШОЧЕК)

Возьмите коробку с прорезанной в ней дырочкой или мешочек. Внутри положите 8-10 знакомых ребенку предметов, например расческу, шнурок, шарик и т. п. Вытаскивайте из мешочка один предмет за другим, впоследствии можно будет определять предметы на ощупь, а пока сделайте упор на сенсорные свойства предметов, подкладывайте новые интересные предметы. Когда ребенок подрастет, данное упражнение можно проделывать с предметами, названия которых начинаются на одну букву (например, если вы выучили букву «л», можно положить в мешочек ложку, лист, ластик и т. п.).

Винтик и шурупчик

Возьмите две коробки с разными по размеру гайками и шурупчиками, покажите малышу, как можно подобрать и накрутить гайку на шуруп.

Волшебные подушечки

Сшейте одинаковые по размеру подушечки, наполните по две одинаковыми материалами (например, песком, крупой, орехами, ватой и т. д.). Попросите ребенка найти на ощупь две одинаковые.

Штриховка и раскраска

Покажите ребенку, как раскрашивать мелками (толстыми восковыми), а также пальчиковыми красками. Вырежьте из картона разные фигурки животных, наложите на бумагу, обведите карандашом, уберите картон, заштрихуйте картинку другим цветом, начиная с левого нижнего угла вверх, не отрывая руки. Раскрашивайте с малышом изображения животных, лучше одним цветом. Заодно можно ушить названия цветов. «Это лягушка, она зеленая. Вот зеленая краска, мы ею раскрасим».

Классификация

Возьмите коробочки (баночки, корзинки), муляжи фруктов, животных или другие игрушки, геометрические фигуры, посудку,

разложите по коробочкам то, что может быть объединено общим понятием. Попросите сложить в одну коробочку, например, только животных, а в другую – только фрукты, называйте предметы. Играйте с предметами, в конце игры спросите, где кто, в следующий раз закрепите уже изученное.

Ставим первые научные опыты

Кроха познает мир опытным путем: ощупывает и разглядывает, тянет в рот любой попавшийся на пути предмет, раскручивает и разламывает игрушки, вырезает ножницами кружочки из маминого платья и т. д. Малыш рождается с желанием понять, как устроен мир. Изучение материальных законов, которые действуют во вселенной, можно начать в раннем возрасте.

Биология

Посадите вместе с малышом семена, поливайте растения и наблюдайте, как они растут, объясняйте, как что называется (стебель, бутон, пестик, тычинки и т. д.), расширяя его словарный запас.

Рассмотрите корешки, они бывают разными – съедобными, несъедобными, длинными, короткими. В парке обратите внимание на выступающие корни деревьев. Делайте гербарии, собирайте семена растений: шишки, желуди, орехи, каштаны, семечки. Все это замечательные сенсорные материалы.

Рассматривайте через увеличительное стекло разные предметы, объясните, что все становится больше, так как стекло увеличивает. Рассмотрите, из чего состоит листик, веточка, цветок. Малышу будет для начала интересно все это потрогать и даже попробовать на зубок.

Понаблюдайте за образованием хлорофилла: на лист домашнего растения наклейте пластырь. Через неделю снимите его, рассмотрите светлое пятно, которое появилось на листике. Зеленые части растений содержат хлорофилл – вещество, преобразующее солнечный свет в питательные вещества. Этот процесс называется фотосинтезом. Объясняйте ребенку на его языке: «Нет солнышка, листочек не зеленый».

Рассказывайте ребенку «умные» сказки, например: «Птичка несла зернышко в клювике, уронила его. Оно попало в землю, проросло, появился росточек…», «Жила-была на свете гусеница. Больше всего она мечтала научиться летать…», «Теплым весенним утром в пруду из икринки появился маленький головастик. У него был хвостик, большая голова…» и т. д. Сделайте самодельную книжку для такой сказки: распечатайте картинки из Интернета, вставьте их в альбомчик для фотографий.

Натяните на ветку растения полиэтиленовый пакет и закрепите его резинкой. На следующий день на пленке появятся капельки воды, которые испаряются с поверхности листьев. Дайте ребенку потрогать капельки, наблюдайте за росой на траве.

Химия

Устройте «вулкан»: сделайте из пластилина жерло и насыпьте немного соды в кратер (можно немного подкрасить ее пищевым красителем, чтобы извержение получилось красно-коричневым).

Налейте на соду уксус. Смесь вспенивается, образуется газ. Можно показать ребенку видео – извержение вулкана.

Физика

Понаблюдайте вместе с малышом, как меняет свое состояние вода: лед тает на ладошке, превращаясь в воду. Если бросить кусочек льда в горячую воду, он будет таять очень быстро, шипя и потрескивая. Над кипящей кастрюлей образуется пар. Посмотрите вместе с ребенком, как это происходит. Можно заморозить разноцветного льда в специальных формочках или в коробке из-под шоколадных конфет. Чтобы лед был разноцветным, добавьте пищевые красители. Продолжайте изучать цвета. Называйте, в какой цвет окрашены льдинки. Используйте питьевую воду – не исключено, что ребенок захочет взять льдинку в рот. Объясняйте, что лед холодный. В тазик или миску наберите теплую, почти горячую воду. Затем бросайте кусочки льда, наблюдайте, как они тают, окрашивая цвет воды и меняя ее температуру. Детям очень нравится эта игра, оторваться от нее можно только тогда, когда весь лед растает, а вода станет ледяной.

Смешайте две части воды и одну часть сахара. В воде сахар превращается в жидкость, растворяется, а когда вода начинает испаряться, сахар снова превращается в кристаллы. Можно опустить в раствор ниточку, кристаллы сахара будут оседать на ней по мере испарения воды.

Разные материалы по-разному проводят тепло. Есть специальный монтессори-материал, который называется «тепловые таблички»: в коробочке сложены по два кусочка разных материалов – железо, дерево, стекло, войлок, гранит. Можно сделать подобную коробочку самостоятельно, конечно, стекло должно быть толстое и с гладкими краями. Пусть ребенок манипулирует, ощупывает кусочки. Обратите внимание, что железо холодное, войлок всегда теплый и т. д.

Если растворить в воде соль, то плотность воды увеличивается. Возьмите два стаканчика. Один с пресной водой, другой с соленой (размешайте как можно больше соли). Опустите яйцо сначала в один, потом в другой стаканчик. В соленой воде яйцо не тонет, поэтому-то так легко плавать в море. Расширяйте словарный запас ребенка, в его арсенале появятся слова «тонет – не тонет», малыш наверняка захочет поиграть с яйцом, поэтому предварительно сварите его.

Возьмите прозрачный контейнер с крышкой, растительное масло, воду, пробку, несколько замороженных горошин. Налейте

немного масла и воды в контейнер, понаблюдайте, как масло поднимается над поверхностью воды, ведь вода плотнее масла. Встряхните контейнер, накрыв крышкой, снова поставьте и наблюдайте. Положите в контейнер пробку и горошины (можно и другие предметы), посмотрите, где будет плавать пробка, а где горошины. Плотность горошин меньше плотности воды, но больше, чем плотность масла. Такая игрушка может надолго заворожить малыша.

Подберите самые разные предметы: пробку, камешек, деревянный карандаш, скрепку, монетку и т. д. Проверьте, какой предмет плавает, а какой – тонет. Утонувшие предметы плотнее воды, а плавающие менее плотные. Ребенку понравится возиться с водой, наблюдая за предметами, вылавливая их.

Наполните пластиковую бутыль водой, поставьте вертикально, проткните в ней спицей три дырочки: вверху, в середине бутыли, ближе к дну. Нижние слои воды находятся под большим давлением, поэтому струя из нижней дырочки бьет дальше всего, из верхней дырочки струя вырывается с наименьшей силой. С такой игрушкой весело играть в ванне. Объясняйте ребенку просто: «Вода давит сильнее…»

Сталь, алюминий, железо, никель, кобальт – металлы, но магнитными свойствами обладают не все. Магнит поможет найти предметы из металлов, обладающих магнитными свойствами. Приобретите большой магнит, проверяйте свойства разных предметов магнитом. Прикрепляйте буквы и прочие предметы на магнитную доску или холодильник, малышу понравится их снимать.

Потрите воздушный шарик о ткань, чтобы на нем накопился электрический заряд. Поднимите шарик над головой, волосы притягиваются к заряженному шарику. Осторожно поднесите шарик к слабой струе холодной воды. Струя воды искривляется, как бы «убегает» от электричества.

Итак, главный вывод: изо всех сил поддерживайте познавательный интерес ребенка, не бойтесь экспериментировать и играть с крохой, сделайте интересным пространство вокруг. Подключите к этому папу, а также старших детей – это будет увлекательно и полезно для всех. Каждый будет развивать ребенка по-своему, ведь только с папой можно осваивать спортивный снаряд или изучать маневренность и грузоподъемность лодок в ванной. Оставайтесь всегда на стороне своего малыша, если он потянулся к чужой игрушке, не спешите кричать: «Нельзя», «Чужое». Лучше помогите ее заполучить (попросить, обменять), учите ребенка достигать желаемого.

Не забывайте одну очень важную вещь: родители – не роботы. У каждого бывают лучшие и худшие дни, никто не идеален. И если сегодня у вас нет сил поддержать инициативность малыша и рисовать с ним пальчиковыми красками, не корите себя. Отдохните. Помните правило, которое демонстрируют стюардессы в самолете: сначала наденьте кислородную маску себе, а потом своему ребенку. Важна общая линия поведения, но при этом во всем нужно соблюдать меру. Я предлагаю много вариантов, возьмите только то, что подходит лично вам.

Часть 2
Первые бунты. Как уравновешивать растущую личность?

Учимся принимать ребенка таким, какой он есть

Боюсь разочаровать некоторых родителей, потирающих руки в предвкушении советов по воспитанию и формированию личности ребенка. Скорее речь здесь пойдет о том, как сгладить или сделать более выпуклыми некоторые черты характера малыша, и о том, как помочь ему на пути становления.

Дети приходят в этот мир с определенными темпераментом, личными предпочтениями. Они словно имеют некоторый опыт. В первой книге шла речь об определенных типах темперамента, ведущей системе восприятия малыша, о том, какие они все разные.

На втором году жизни характер взрослеющего человека проступает более выпукло, и родители начинают не просто догадываться, а отчетливо видеть, с кем им придется иметь дело всю оставшуюся жизнь. Когда-то мне в душу запали слова одной мудрой акушерки. Она говорила о том, что если условно характер ребенка, с которым он к вам пришел, имеет знак «минус», а ваше поведение по отношению к нему – сглаживающее и поддерживающее, то есть имеет условно знак «плюс», то на выходе вы получите уже «плюс» – «минус». А если поведение родителей тоже будет со знаком «минус», то ребенок в итоге будет иметь два «минуса». Этакий ослик Иа-Иа, которого били, обижали, не понимали и не поддерживали в детстве.

Следовательно, мы должны понимать, в чем особенно нуждается наш малыш на том или ином этапе развития и как вести себя с ним в кризисные периоды.

От рождения до двух лет ребенок задает нам свой главный вопрос: «Могу ли я доверять миру?» И в зависимости от поведения близких людей делает вывод, который потом трудно поддается изменению. Если родители последовательно и безусловно удовлетворяют его основные потребности, поддерживают, тепло относятся к нему, то в результате у ребенка формируется доверие. Глобальное базовое доверие к миру, на котором впоследствии можно построить что угодно. При этом некоторым детям (как ослику Иа-Иа) потребуется много-много тепла и тысяча доказательств любви с вашей стороны, а с кем-то из детей будет легко и комфортно с рождения. Такими уж разными они к нам приходят.

На данность – то с чем пришел к нам ребенок – мы повлиять не в силах, но можем поддержать его своей любовью, попытаться

распознать эту данность и дать малышу то, что поможет ему впоследствии жить этим, научить его видеть свои сильные стороны и пользоваться ими.

Нам придется учиться отказываться от своих стереотипов в самом начале, иначе со временем кроха жестоко разрушит их. Под стереотипами я имею в виду: «Мой ребенок не такой…», «Мой ребенок станет…», «Он точно не сделает так…». Мы не знаем, кем станет наш ребенок, но мы можем попытаться дать ему то, в чем он нуждается.

Начиная с рождения и примерно до года-полутора ощущения младенца ограничиваются тем, что приходит к нему через маму, поскольку он не отделяет себя от мамы, а его энергетическое поле недосформировано (именно поэтому дети так нуждаются, чтобы их много держали на руках).

Границы начинают обозначаться ближе к году, а до этого все переживания матери и конфликты в семье воспринимаются малышом как свои, поэтому нужно больше разговаривать с ребенком, объясняя, кто и на что сердится, к кому это имеет отношение. Избаловать кроху в этом возрасте невозможно, но можно выработать у него условный рефлекс – ведь дети воспринимают информацию молниеносно, замечают реакцию родителей и подстраивают свое поведение. Мама берет на руки, только если громко плакать, значит, когда хочется на ручки, надо громко плакать – такой вывод делает ребенок.

Когда малыш начинает двигаться увереннее, ощущения и мир вокруг него расширяются, появляется потребность вычленить себя из мира, оттолкнуть от себя то, что не является «им самим». Отталкивает он с усилием – отсюда и вспышки агрессии, желание стукнуть или укусить. Эта агрессия направлена в первую очередь на маму.

До трех лет ребенок вообще не может себя «тормозить». Волевые действия ему совершать трудно. Ведь в этом возрасте развитие коры головного мозга отстает от бурно растущей подкорки, а за развитие волевых действий и тормозные процессы как раз отвечает кора. Если у малыша отобрали игрушку, он сначала действует – дерется, кусается, кричит. Одним словом, выдает первую реакцию, не заторможенную, не зажатую требованиями родителей и социальными нормами. Такое поведение не имеет ничего общего с непослушанием, невоспитанностью или вседозволенностью.

Переживаем первые кризисы

"Развитие не может быть всегда плавным и постепенным, многие дети развиваются рывками или волнообразно. Периоды резких перемен, скачки в развитии, изменение границ и принято называть кризисами взросления. Как правило, границы расширяются и физически, когда ребенок уже научился ходить, бегать, говорить, и психологически. Ведь малыш по-другому начинает ощущать свои возможности, стремится к большей самостоятельности и пытается установить новые взаимоотношения с миром.

Кроме того, приобретение новых навыков делает ребенка более зависимым, эмоционально неустойчивым, так как незрелая нервная система испытывает перегрузки. Он может стать капризным, раздражительным. Например, только научившийся ползать или ходить малыш некоторое время капризничает больше обычного, хуже спит, чаще просится на руки. В этом нет ничего страшного или необычного, но родителей признаки кризиса взросления: плаксивость, строптивость, упрямство и т. п. – ставят в тупик. Что делать, как реагировать?

Ну, во-первых, необходимо помнить, что любой кризис в развитии – это нормально. Это непростой для ребенка этап, а значит, и реакция родителей должна быть другой, более гибкой. Если же пытаться сдержать активность и самостоятельность малыша, проблемы и частые конфликты будут только нарастать или ребенок будет чувствовать себя подавленным.

Во-вторых, следует иметь в виду: когда нет проявлений кризиса, это не всегда хорошо, это может значить, что на предыдущих этапах не освоены какие-то важные формы деятельности, не развиты в полной мере какие-то психологические качества. Не было бы кризисов – не было бы самого процесса развития. Через кризисы проходит каждый из нас, вот только сроки их наступления, длительность и глубина у всех разные. Иногда сущность процесса развития состоит именно в том, что путь от одного возрастного этапа к другому лежит через отрицание предыдущего. Это становится толчком к появлению новых качеств.

Кризис или непослушание?

Во время кризиса ребенок становится нервным, капризным, начинает требовать невозможного, и никакие аргументы, призывы к здравому смыслу не могут изменить линию его поведения. Внутренняя подоплека такого поведения – перестройка взаимоотношений личности ребенка и окружающих людей, переосмысление своего «я» и авторитетов (матери, отца и т. д.). Кризис обновляет личность, расширяет ее. На втором году жизни несколько таких кризисных периодов.

Кризис отделения себя от мамы. Как уже упоминалось, в первый год жизни дети ощущают себя чем-то единым с матерью (особенно когда это «правильная» мама, она почти постоянно рядом и удовлетворяет все потребности), не зря слово «мама» редко входит в пятерку первых произнесенных ребенком слов – зачем номинировать часть себя?

Около года ребенок начинает ходить, переходит к речевой фазе, постепенно начинает выделять себя в окружающем мире, противопоставляя себя другим. Именно тогда у крохи отмечаются первые акты протеста. Иногда ребенок как бы возвращается к более раннему периоду (бросается на пол, барахтается, отказывается ходить и т. д.) или демонстрирует агрессию. Трудно становится переключить его внимание на другой предмет, отобрать что-то. Он именно требует!!! Кроме того, милый малыш часто становится капризным, просится на руки, преследует маму, скандалит и стучит в дверь, даже когда она пытается скрыться в туалет. С одной стороны, ребенок очень боится остаться без мамы, этот страх приходит через понимание его отдельности. С другой стороны, он делает первые шаги к самостоятельности, изо всех сил стремясь к отделению, поэтому проявляет агрессию и протестует изо всех сил, стараясь отстаивать свое мнение.

Кризис перехода от симбиотических отношений с мамой к самостоятельности (примерно к двум годам). Американские психологи называют этот период «ужасное двухлетие», сравнивая его – и совершенно справедливо – с подростковым кризисом. Одна из причин детской протестности в это время – потребность ощутить, как чужая воля упирается в него, малыша, как в непреодолимое препятствие. Он и сам не рад, говоря свое «Неть!», но должен это делать, иначе нельзя… Он не знает пока других способов доказать свою самостоятельность. Формирование личностной автономии – главная задача. Малыш должен открыть себя как отдельное и самостоятельное существо: «Я и мама – не одно и то же. Я могу действовать сам. Моя воля может быть

другой. Источник моих действий внутри меня. А поскольку я еще точно не знаю, чего хочу, я просто переворачиваю мамины и папины желания на противоположные и действую наперекор». Важным для ребенка становится просто делать наоборот, по-другому, а значит, по-своему. Если до кризиса малыш был ласковым и послушным, позволял водить себя за ручку, тут он вдруг превращается в строптивое существо, которое всем недовольно и все время сопротивляется любым попыткам вмешательства в его жизнь.

Первые вспышки негативизма и ярости, в том числе из-за неспособности выразить свои претензии, – ведь речь еще не развита, – могут появиться у ребенка в возрасте между годом и тремя месяцами и годом и шестью месяцами, а заканчиваются, бывает, годам к пяти, накатывая, как волны.

Побуждайте ребенка к самостоятельности, просите о помощи, предоставляйте выбор (на какую площадку пойти гулять, какую шапку надеть на прогулку, что готовить на обед). Наделяйте малыша полномочиями, давайте поручения, пусть маленькие – что-то подать, например, или помыть (дети любят возиться с водой), способствуйте развитию его мнения.

Учите ребенка компромиссному решению проблем, уступайте ему в мелочах, прислушивайтесь к его желаниям. Разрешите посмотреть еще один маленький мультик, если он очень хочет, купите мыльные пузыри в магазине, если он не может уйти с пустыми руками. И развивайте умение договариваться, свое в первую очередь. Пусть ребенок пока не говорит, но он впитывает саму матрицу поведения. Однажды он тоже начнет вам уступать, а сейчас не давите на него.

Дети нетерпеливы, развивайте терпение ребенка. Например, просите малыша немного подождать, обозначив границы ожидания: «Сейчас я домою эти две тарелки, и мы поиграем» (только непременно выполняйте то, что пообещали).

Но и сами учитесь терпению, не торопите кроху постоянно, не дергайте, имейте запас времени, если вам куда-то нужно прийти вовремя. Иначе вы все будете делать за ребенка, кроме того, если натолкнетесь на сопротивление, вам некогда будет искать гибкое решение.

Цените маленькие и большие достижения ребенка, например повесьте на стену его рисунок (даже если он кажется вам безумной мазней). Рассказывайте окружающим о его успехах. Красиво одевайте малыша. С уважением относитесь к нему, чтобы он тоже учился уважать вас и ваши достижения.

Основные признаки кризиса

Негативизм. Ребенок не хочет делать что-то только потому, что его об этом попросили. Он может реагировать так на просьбы любого взрослого или кого-то одного (только мамы или бабушки, дедушки, брата).

Крайняя форма негативизма: ребенок на любую реплику взрослого отвечает наперекор. «Этот суп горячий!» – «Нет, не горячий!» (Лучше обжечься, чем признать, что ты прав.) «Пойдем гулять!» – «Не пойду!» (Хотя очень хочется.)

Как отличить негативизм от непослушания? Негативизм адресован конкретному человеку, если этот человек предложит что-то другое (например, более интересное) и ребенок согласится, значит, это не негативизм. Например, ребенок отказывается выполнять какую-то просьбу потому, что занят чем-то другим, более интересным (отказывается идти спать, потому что играет). Это не имеет ничего общего с негативизмом.

Упрямство. Ребенок настаивает на чем-то не потому, что ему этого сильно хочется, а просто чтобы настоять на *своем* требовании. Например, вы предлагаете ему пообедать, а он отказывается. Через некоторое время снова предлагаете, и хотя малыш уже проголодался, он не прочь поесть, но «гордость» не позволяет ему уступить.

Строптивость и своеволие. Ребенок проявляет недовольство независимо от того, доволен ли он на самом деле, и хочет делать все сам. Хочет-то он хочет, но пока еще не может, не умеет, поэтому начинает злиться и устраивает истерику. Например, он хочет сам завязывать шапочку, но не может, злится, но не уступает.

Протест-бунт. Ребенок находится в состоянии войны, в постоянном конфликте с окружающими, ссорится со всеми. Конечно, это не настоящая ненависть, малыш бунтует против каких-то правил в семье.

Обесценивание. Ребенок начинает отказываться от игрушек и предметов, которыми он пользовался раньше. Происходит обесценивание старых привязанностей (про взрослого мы сказали бы: «происходит переоценка ценностей»). Ему нужно что-то новое.

Деспотизм. Ребенок изыскивает множество возможностей, чтобы проявить власть над окружающими. Он хочет во что бы то ни стало добиться исполнения своих желаний, стать «хозяином положения».

Стараемся не усугублять кризис

Существует несколько основных причин и фактов, усугубляющих кризис.

Во-первых, авторитарное поведение родителей, которые хотят беспрекословного подчинения от ребенка.

Во-вторых, завышенные или заниженные требования со стороны папы и мамы, ведь некоторые родители всерьез относятся к капризам годовалого ребенка, считают, что «он на голову сядет», поэтому стараются быть излишне строгими, требуют от него более взрослого поведения, например начинают вводить огромное количество запретов и ожидают, что малыш будет их исполнять. Другие же родители, наоборот, бесконечно сюсюкают, не дают шагу ступить ребенку самостоятельно, не доверяют ложку или кружку, поят из соски и даже памперс переодевают, уложив на спину, как новорожденного. В норме ребенок должен отчаянно сопротивляться.

В-третьих, непоследовательность в поступках взрослых. Например, вчера что-то было можно, а сегодня нельзя, кроха не понимает, где проходит четкая граница, а значит, будет проверять вас до бесконечности.

В-четвертых, несдержанные обещания. Да-да, не стоит думать, что такой маленький ребенок ничего не понимает, не запоминает и не ждет.

В-пятых, одна из самых важных и распространенных причин – это нарушение заведенного порядка. Как уже упоминалось в первой книге, от рождения до трех лет ребенок проходит сензитивный период порядка, он усваивает, как что заведено, кто с кем в каких отношениях, где мы живем, где мы едим, когда мы ложимся спать, приезжает ли по выходным бабушка и, в конце концов, куда папа ставит свои ботинки, когда возвращается домой. Не путайте порядок с неизменностью, это не значит, что с малышом никуда нельзя ездить и ничего нельзя менять. Регулярные изменения тоже воспринимаются ребенком как порядок. И даже постоянный беспорядок в доме воспринимается им как заведенный уклад.

Но комфортно малыш чувствует себя, если вещи находятся в одних и тех же местах, если его окружают одни и те же люди и режимные моменты (укладывание спать, воскресное утро, сборы на прогулку) всегда организованы одинаково. Например, сначала мы умываемся, потом одеваемся, потом чистим зубы и т. д. Любые взрывы-изменения могут сделать малыша капризным и растерянным, спровоцировать истерику. Поэтому стоит

готовиться к предстоящим изменениям вместе с ребенком и ничего не менять по пустякам (например, пересаживаться с постоянных мест за обеденным столом). В поездки нужно брать с собой важные для крохи вещи (с которыми он спит, ест, ходит в туалет и пр.), например одеяльце, тарелку и поильник, горшок. При переезде на новую квартиру не нужно выбрасывать старые игрушки и кроватку – лучше воссоздать старый мирок ребенка и менять его постепенно. И помните, что скандал «на пустом месте», связанный даже с небольшими изменениями, вполне серьезен в этом возрасте. Не стоит недоумевать, проявите терпение. Ведь, как писала Мария Монтессори, «чувство порядка – не сознательная, а физиологическая потребность ребенка».

И наконец, в-шестых. Дети скандалят и протестуют, чтобы привлечь к себе внимание взрослых и почувствовать их любовь. Ведь мы, как правило, плохо умеем выражать свою любовь. Иногда мы просто задариваем детей подарками, не зная других способов.

Наполняем эмоциональный резервуар ребенка

Росс Кэмпбелл, известный психиатр и глубоко верующий человек, в своей книге «Как по-настоящему любить своего ребенка» пишет: «Считается, что родители естественно выражают, передают свою любовь ребенку. Это величайшее заблуждение на сегодняшний день! Большинство родителей не проявляют свою любовь, спрятанную в их сердцах, главным образом потому, что они не знают, как это сделать. Следовательно, многие дети сегодня не чувствуют, что их искренне, безусловно, безоговорочно любят и принимают такими, какие они есть».

Автор вводит очень важное понятие эмоционального резервуара (я бы назвала его «резервуар любви»). «У каждого ребенка есть эмоциональный резервуар. Конечно, это фигуральное выражение, но понятие совершенно реальное. У каждого ребенка есть определенные эмоциональные потребности, и то, как они удовлетворяются (через любовь, понимание, дисциплину и т. д.), определяет многое: прежде всего как ребенок себя чувствует, доволен ли он, злой, подавленный или полон радости. Во-вторых, это определяет его поведение: послушный или непослушный, плаксивый, игривый, веселый, замкнутый. Естественно, чем полнее эмоциональный резервуар ребенка, тем положительнее его эмоции и тем лучше его поведение».

По-моему, эта гениальная и простая идея позволяет понять многие вещи о взаимоотношениях с ребенком. Во-первых, дети «плохо ведут себя», только если их резервуар любви пуст, а значит, прежде чем ждать от ребенка уравновешенности и хорошего поведения, необходимо позаботиться об уровне любви. Во-вторых, наполнить, поднять уровень, а соответственно и настроение могут именно родители.

Думаю, что такой резервуар есть не только у детей, но и у взрослых, с той только разницей, что взрослые научились сами наполнять его, они достаточно независимы. Представьте непростые жизненные обстоятельства или мелкие неурядицы (отругал начальник, кто-то наступил на ногу в трамвае, сорвалась намеченная поездка). Все это опустошает наш резервуар, понижает уровень любви в нем, но человек взрослый вполне может себя поддержать: съесть вкусный обед, заняться шопингом, посмотреть любимый фильм, поболтать с приятелем, сходить к психотерапевту и т. д.

Но *дети еще не научились сами наполнять свой эмоциональный*

резервуар: чем младше ребенок, тем больше он зависим от родителей и взрослых, которые его окружают. «Давайте осознаем, – пишет Кэмпбелл, – что этот резервуар всегда должен быть полон, и на самом деле только мы, родители, можем добиться этого. Только если резервуар полон, ребенок может быть счастлив, ему удастся достичь своего наивысшего потенциала в развитии и соответствующим образом реагировать на требования дисциплины. И дай нам Бог найти в себе силы удовлетворить потребности наших детей в эмоциональной пище».

Как же наполнять «резервуар любви»? Как передавать нашим детям нашу любовь?

Росс Кэмпбелл предлагает очень простые способы, которые работают именно в отношении детей: контакт «глаза в глаза», физический контакт (прикосновения, объятия, массаж), пристальное внимание (игры и общение с ребенком наедине). Я бы добавила отдельно еще добрые слова и похвалу, словесное восхищение малышом, даже преувеличенно эмоциональное. Хотя в монтессори-педагогике хвалить ребенка не принято, на мой взгляд, возраст до трех лет – это период восхищения малышом, что подтверждает и народная традиция: во всех пестушках-потешках ребенок подобен божеству, он лучше всех, он – сокровище!

Избегаем запретов

Взвешивайте, что запрещать, а что разрешать. Оставьте только принципиальные запреты. В возрасте до двух лет ребенок без ущерба для личности может воспринимать один-два серьезных запрета. Все остальное старайтесь объяснить.

Существует даже специальная формула «нельзя»: возраст ребенка х 2 = допустимое количество запретов. Если крохе два года, то он в состоянии осилить лишь четыре «нельзя». Запреты душат познавательную активность детей. Все привычно «запретное» (острые ножницы, хрупкие чашки, высокая шведская стенка и т. д.) необходимо освоить под присмотром и с помощью родителей – такая позиция единственно верная, если мы не хотим навредить ребенку. Слишком много раз мы произносим «нельзя» по поводу того, что на самом деле не очень-то важно. Поэтому лучше спросите себя: «Что для меня важнее – позволить ребенку познать неизведанное или сохранить в доме порядок?»

Частые запреты и переключение внимания малыша с его собственных наивных задумок на другие цели ломают тонкий механизм формирующейся в этом возрасте инициативности. Дети, которым многое запрещают, у которых подавляют первичные формы негативизма, в дальнейшем оказываются безынициативными, неспособными занять себя или придумать игру. Их воображение либо крайне обеднено, либо, напротив, проявляет себя буйно, неупорядоченно и непродуктивно. С такими детьми обои уж точно окажутся разрисованными, и не только обои.

Если же запретов вообще не существует и любое абсурдное требование выполняется, то *страдает способность малыша различать пригодность и целесообразность его инициатив* – он оказывается полностью дезориентированным. Поэтому выбирайте золотую середину и направляйте инициативу ребенка в позитивное исследовательское русло: приучайте узнавать что-то новое из книг, походов в музеи, развивающих занятий, устраивайте познавательные «презентации».

Главное, не наказывайте и не ругайте детей за их желания. Ведь все родители мечтают, чтобы подросшие дети научились реализовывать задуманное, быть целеустремленными. Нам не хочется, чтобы ребенок боялся в будущем хотеть, познавать, путешествовать, получать радость от достигнутого и т. д. А значит, нам стоит пересмотреть свои запреты. Малыш залез в лужу, взял чужую игрушку, попробовал на вкус окурок… Мы в ужасе! Мы ругаем его. И кроха понимает, что хотеть чего-то

плохо. Но всегда можно найти выход, чтобы желания реализовывались. Купание в луже можно «легализовать», для этого понадобятся лишь резиновые сапоги и соответствующая одежда. Чтобы получить чужую игрушку, нужны приемлемые способы – научите ребенка просить, меняться, уговаривать, дарить подарки. С окурком сложнее, но и здесь можно что-то придумать вместо бессмысленной ругани. Главное – удовлетворить сенсорный голод ребенка, тогда почти наверняка, когда ваш малыш станет взрослым, он не скажет: «Я не могу, это невозможно…»

Учитесь по-другому воспринимать поведение ребенка. Например, если он пролил кофе, подумайте: «О! Какой естествоиспытатель растет, ему интересно, как кофе распространится по столу и куда потечет водичка. Поиграю-ка я с ним в кораблики, а потом нам на полчаса будет чем заняться, потому что кофе пролитый надо будет вместе убрать. Заодно у меня будет возможность рассказать ему, почему тряпка впитывает кофе и становится мокрой».

«Палочки-выручалочки»

Существует много способов справиться с заупрямившимся ребенком. Я приведу несколько проверенных приемов, чтобы вы могли выбрать то, что подходит вашему малышу и уместно в конкретной ситуации.

«Просьба наоборот»

Этот способ используют родители многих детей в этом возрасте, когда нужно, уложить спать, одеть или накормить во что бы то ни стало: «Не ешь, пожалуйста, эту котлетку, ни за что не ешь…», «Не ложись спать». И малыш из протеста старается – ест или укладывается спать. Очень важно давать ребенку возможность делать по-своему (меньше хлопот будет в подростковом возрасте) и обходить конфликтные ситуации. Но не слишком злоупотребляйте этим способом, ведь это чистой воды манипуляция.

Хвалите ребенка много и преувеличенно, как бы в кредит, скажите, что у него здорово получается, а дальше будет еще лучше. Восхищайтесь им очень эмоционально, говорите ему, какое он сокровище, как вы его любите. Это особенно важно для детей-аудиалов (для которых мир звуков наиболее важен).

Игрушки-перчатки

Когда ребенок протестует и не хочет слушать родителей, он может послушать мишку или зайку, надетого на руку. Этот способ особенно актуален, когда кроха не может справиться, например, с застежкой или ложкой, но злится и не разрешает помочь. Пусть ему поможет игрушка, да и игра вообще. Ведь это не мама помогает, а зайчик, ему уступить можно (ребенок понимает, что игрушка не живая, но включается моментально).

Чувство юмора

Можно, например, сказать ребенку, который не желает одеваться: «Не будешь одеваться, ну и не надо, так пошли. Может, и нам раздеться?» И вообще, относиться к происходящему с юмором всегда полезно.

Переключение внимания

В русской культуре широко принято переключение внимания. Ребенок больно ударился, а добрая бабушка говорит: «Ой, смотри, вон птичка полетела!» Мы не разрешаем ребенку почувствовать боль, прислушаться к своим чувствам, пережить. Мы как будто говорим: что-то вовне гораздо важнее, чем его боль. Потом такие дети, превращаясь во взрослых, не чувствуют дискомфорта, не понимают, что живут с нелюбимыми людьми, которые их обижают, ходят на неприятную работу, не чувствуют боли в груди, пока не умирают от инфаркта.

Ребенка нужно учить выражать свои эмоции, а не подавлять их. Позвольте ему почувствовать, что ударенному колену больно (обязательно номинируйте происходящее «Тебе больно… так бывает»), но только не затягивайте этот процесс. А то некоторые взрослые впоследствии обожают упиваться своими неприятностями. Помогите малышу выплеснуть злость, научите громко кричать, рвать бумагу или колотить подушку. Скажите: «Ты сейчас очень злишься…» – он будет учиться понимать и называть, что с ним происходит.

Но когда ребенок в протесте занят какой-то разрушающей деятельностью или не может остановиться во время истерики (тормозные процессы ведь не развиты), переключение внимание может сослужить добрую службу. Попробуйте его отвлечь, заняв внимание чем-то другим, переключите на любимые дела или

игрушки.

Активное слушание

Разговаривайте с ребенком, описывая его реальные переживания как бы за него. Если вы догадываетесь, что с ним происходит, поговорите с ним в духе активного слушания: «Ты очень злишься, тебе даже хотелось бы что-нибудь разбить…» Говорите с паузами, давая крохе если не высказаться, то хотя бы осознать свои чувства. Поверните эмоции в позитивное русло и в процессе разговора выводите его на то, что все злятся иногда и можно, например, побить подушку, чтобы злость вышла, а потом успокоиться и разобраться во всем.

«Грязные» игры и вода

Малышам обязательно нужно играть в «грязные» игры: мять глину или пластилин, играть с мокрым песком, рисовать пальчиковыми красками, месить тесто. Для детей возбудимых такие занятия должны стать ежедневными. Очень хорошо снимает напряжение вода, ее можно переливать, наливать, брызгаться, выдувать мыльные пузыри. Ребенок станет более расслабленным, тогда и «бунтарство» его не будет столь напряженным.

Движение

Не подавляйте двигательную активность малыша, наоборот, развивайте. Дома должен быть спорткомплекс и другие возможности для движения, хорошо иногда просто подраться подушками. На улице учитесь вместе кататься на велосипеде, роликах и самокате, заведите беговел. Это объединяет с ребенком, а также делает его более миролюбивым, так как способствует сбрасыванию напряжения, а появление навыков (таких, как езда на велосипеде) – повышению самооценки.

Сказки

Сказки или истории, придуманные специально для вашего малыша, могут стать настоящими палочками-выручалочками, особенно если ребенок любит слушать сказки и предпочитает

познавать мир ушами. Сказка лечит душу, помогает разобраться в проблеме, заставляет поверить в себя и т. д. В Индии, например, где существует древняя традиция внимания к внутренней, духовной жизни человека, сказку может «назначить» врач.

Попробуйте сочинять для своего ребенка сказки. Героем может быть зайка, мишка, котенок, который сердился и кусался, не слушался, боялся темноты и пр. Рекомендуется описывать ситуацию, похожую на ту, что происходит с ребенком, имя главного героя желательно взять близкое по звучанию к имени ребенка, но не такое же. Для Ксении, например, подойдет, принцесса Есения. Начните историю с представления героя или героини, у которых схожие страхи, тревоги или конфликт с мамой, – пусть ребенок отождествит себя с ним. Упомяните о сильных сторонах и положительных чертах, которыми герой сказки похож на вашего малыша. В начале опишите конфликт, затем переходите к его положительному разрешению. По ходу повествования создавайте разные обучающие ситуации, где герой побеждает благодаря тем или иным своим качествам. В конце герой обязательно должен преодолеть все препятствия и конфликт должен быть улажен. Хорошо придумывать каких-нибудь смешных персонажей, одно воспоминание о которых в дальнейшем сможет повышать настроение ребенку (собака-вертолет и т. п.). Вы можете так же разыгрывать сказки с помощью игрушек, это больше подойдет детям-визуалам, которые любят смотреть.

В заключение этой части хочу сказать, что вспышки гнева и непослушания возможны в этом возрасте и без причин, лежащих на поверхности. В любом случае либо стиль общения, принятый раньше, больше не годится, либо ребенку просто требуется немного вашей ласки и любви (прикосновений, добрых слов, совместных действий).

Родителям не всегда удается проявить терпение и гибкость по отношению к строптивому малышу. И это нормально. Иногда и у родителей бывают кризисные моменты, когда «резервуар любви» опустошен, в таких случаях трудно проявлять мудрость. Честно скажите об этом своему ребенку: «У меня нет сил, сегодня я очень устала, я начинаю злиться, и мое терпение заканчивается, сегодня мне самой требуется помощь и внимание…» Малыш не сразу научится вас понимать, но вы будете учить его выражать свои чувства, слышать себя и взаимодействовать с окружающими. В будущем вы точно почувствуете, что ваши усилия и ваша искренность не были напрасными.

Часть 3
Повседневные трудности. Как с ними справляться?

Спасаемся от острых зубов

Грудные дети, пробуя все на зубок, часто кусаются. Таким образом они удовлетворяют свое природное любопытство или выражают восторг, нетерпение, злость. Иногда ребенок покусывает, чтобы ослабить боль в деснах, когда у него режутся зубы. Но после года эта ситуация начинает напрягать родителей кусак. Ведь ребенок «выходит в свет», и покусанные соседские дети – это уже катастрофа.

Что является причиной кусачести? Неправильная реакция родителей на первый укус, темперамент и индивидуальные особенности ребенка, его положение в семье, что-то еще… Моя вторая дочь была настоящей кусакой. Ох и натерпелись же все.

Никому не нравится быть покусанным, а уж оправдываться перед соседскими родителями – пренеприятнейшее занятие, поэтому я провела настоящее «расследование»: расспросила товарищей по несчастью – родителей кусачих детей, психологов и врачей.

Оказалось, дети кусаются по самым разным причинам, например когда:

– находятся в состоянии перевозбуждения, усталости или дискомфорта (ребенку жарко, или он голоден и т. п.);

– защищают свою игрушку или оберегают свою (по их разумению) территорию;

– выражают свое острое разочарование;

– хотят что-то получить и не знают, как это сделать по-другому;

– еще не умеют сочувствовать другим людям;

– от избытка чувств, выражая свой восторг, заигрываясь, не зная, как еще себя проявить;

– у них понижена тактильная чувствительность в ротовой полости;

– пытаются привлечь к себе внимание, которого им не хватает;

– слишком строго (физически) наказываются родителями;

– являются незапланированными или нежеланными.

Глубины подсознания

По мнению небезызвестного Зигмунда Фрейда, первой стадией психосексуального развития является оральная (ротовая) стадия, которая длится в среднем от 0 до 18 месяцев. Кусание –

врожденная реакция, свойственная всем детям. В этот период область рта наиболее тесно связана с удовлетворением потребностей ребенка и его удовольствием. Поэтому рот становится главным средоточием активности и интереса. Хотя оральная стадия должна закончиться, когда малыш начинает есть самостоятельно, однако полость рта остается важной эрогенной зоной вообще в течение жизни, и уж тем более у подрастающих детей. Ведь человек склонен использовать привычные ему способы снятия напряжения или получения удовольствия, которые эффективно выполняли свои функции раньше. Поэтому, когда ребенок чувствует напряжение (злится, голоден, испытывает зависть, ревность и т. п.), он выражает все это через оральную активность.

Кусаясь или дерясь, малыш определяет границы допустимого поведения, изучает реакцию на разные свои действия. Агрессивное поведение ребенка может говорить о том, что его что-то беспокоит, что ему требуется внимание, он ревнует или перевозбужден. В период, когда малыш практически не говорит, у него ограничены возможности коммуникации, он злится, что не может что-то объяснить, ему проще защитить себя через агрессию. И часто агрессивность и вредная привычка кусаться исчезает с усвоением и развитием речи, когда улучшаются способности ребенка к самовыражению. Но только в том случае, если это было связано с неразвитостью коммуникативных навыков.

Есть дети, которые, перевозбудившись, с огромным трудом успокаиваются, сводят с ума своей активностью, подвижностью, нетерпеливостью. Именно такие малыши, возбудимые и нетерпеливые, которым некогда что бы то ни было объяснять «противнику», с большей вероятностью становятся кусаками, а уж если главный способ познания и восприятия мира у такого ребенка – через деятельность, движение, прикосновение (ребенок-кинестетик), то шансы удваиваются.

Опасные симптомы

Порой агрессивное поведение ребенка и его укусы связаны не только с индивидуальными чертами характера и неумением выражать свои чувства, но и являются трансляцией более серьезных внутренних проблем. Особенно это верно, если малыш кусается часто и эта привычка не проходит к трем-четырем годам. Это дети, требующие особенного, повышенного внимания.

Если при этом ребенок грызет ногти, вздрагивает от резкого

шума, у него часто бывают истерики или приступы агрессии (он постоянно ломает игрушки, колотит машинки, швыряет кукол), есть проблемы с горшком и т. д., можно говорить о развитии у малыша невроза. Родители могут обратиться за советом к психологу, который и поможет разобраться в его истоках. Возможно, у ребенка сложная адаптация в садике, появился младший брат или сестра (и он чувствует себя заброшенным и ненужным), а вполне вероятно и то, что кроха транслирует агрессию, которая его окружает. Возможно, его часто наказывают, шлепают, в том числе и в ответ на укус. Когда мы отвечаем ребенку со злостью, одно неправильное поведение накладывается на другое, и это приводит только к разрастанию проблемы.

Если кроха старается привлечь внимание или выражает протест таким «странным способом», как укус, родителям тоже стоит разобраться в проблеме, если нужно, изменить принятый способ общения с ребенком или окружающими. Внимание! Ваш малыш сигналит вам о своих проблемах, ему нужна ваша помощь! Любовь и внимание. Больше, еще больше!

Ребенок должен понять, что может привлечь внимание другими способами, да и просто он сам *достоин внимания.*

Советы по профилактике кусачести

Тактильного контакта с малышом должно быть очень много. До определенного возраста у ребенка необходимость в этом не меньшая, чем в сне и питании (если честно, эта потребность сохраняется всю жизнь).

Вводите в ежедневный рацион питания твердые виды пищи (морковь, яблоко), то есть продукты, которые необходимо прожевывать. Учите ребенка пускать мыльные пузыри, надувать воздушные шары, играть на губной гармошке или на дудочке и выполнять упражнения для укрепления мышц ротовой полости.

Учите малыша, как надо делиться. Например, делитесь с ним печеньем. Хвалите, если ребенок делится с кем-то. Учите малыша играть с игрушкой по очереди с другими детьми или вместе. Хвалите, если он это делает на ваших глазах. Не кусайте своего ребенка в шутку. Он не поймет разницы между вашими нежными укусами и своими. Никогда не смейтесь, если кто-то кусается или укушен. Научите малыша «допустимым» формам проявления агрессии: колотить подушку, кусать кольцо, рвать бумагу, мять глину.

Если это произошло…

Нужно строго обратиться к обидчику, приложив ладонь к его рту, и сказать, что ни при каких обстоятельствах не разрешается кусать людей, кусаться нельзя. Нужно добавить: «Если ты хочешь кусаться, то можешь укусить резиновую игрушку, кольцо или подушку». Обязательно уделите больше внимания обиженному ребенку, извинитесь перед ним. Дайте детям выпить воды. Продолжайте разговор с малышом и скажите, что игрушке не больно, а людям очень больно, они даже плачут, предложите укусить себя, чтобы почувствовать, каково это, только без злобы. Расспросите, почему ребенок укусил: «Ты хотел играть с этой игрушкой? Нужно было попросить, подождать, пока другой закончит играть. Или обратился бы ко мне, я бы тебе помог». Не считайте, что вы плохая мать или отец, чувство вины не поможет. Если ваш ребенок кусается или дерется, заранее предупредите об этом родителей его товарищей: поступая таким образом, вы даете понять другим родителям, что пытаетесь уберечь детей от неприятностей. Старайтесь предупредить конфликтную ситуацию. Расскажите ребенку, что вам очень неприятно и стыдно, когда он причиняет боль другим детям.

Если укусили вашего ребенка, вместо того чтобы набрасываться на родителей кусающегося малыша со словами: «У вас злой ребенок» (они и так чувствуют себя виноватыми), постарайтесь понять, что на их месте может оказаться любой, даже вы. Это не только позволит вам сохранить хорошие отношения, но и освободит других родителей от гнетущего чувства вины («я плохая мама»).

Справляемся с истериками

Н. а втором году жизни родители могут столкнуться с первыми истериками. «Пусковым механизмом» может стать запрет или отнятая соседским мальчишкой игрушка, усталость или недостаток родительского внимания. А истерика в магазине с целью обретения желанной игрушки – это просто классика!

Чем разбираться с последствиями, лучше принять меры профилактики:

– избегать перевозбуждения, переутомления, изменений режима;

– быть последовательными в требованиях;

– не менять установленный «порядок». Если ребенок всегда сам захлопывает дверь, не забыйте об этом;

– срочно уделить малышу внимание: обнять, поцеловать, потискать, посадить на колени, рассказать, что все его любят (перечислить родственников и друзей), что он хороший;

– вместе с ним во что-то поиграть, порисовать, посмотреть книжку, повозиться с машинками;

– как только малыш погрузился в занятие, переключить внимание (на то, что ему нравится делать);

– полетать, пощекотать, подбрасывать, беситься и т. п., попытаться заставить малыша расхохотаться.

Если ребенок легковозбудимый, не перегружайте его впечатлениями. Наполняйте «резервуар любви» малыша (смотрите ему в глаза, прикасайтесь, часто хвалите и играйте с ним).

Если истерика уже разразилась, можно:

– поставить ребенка под холодную воду;

– упасть рядом, начать щекотать и пр.;

– сесть или присесть, чтобы быть с ребенком на одном уровне, и, глядя ему в глаза, спокойно поговорить, например выяснить, что он хочет или почему он рассердился. Можно предлагать варианты ответов, чтобы ему было легче сформулировать свою мысль, если таковая имеется (если нет, он с радостью согласится с одним из ваших вариантов);

– заняться в его присутствии каким-нибудь интересным делом, например принести две коробки со старыми игрушками и начать их доставать и сортировать или складывать в третью коробку;

– подождать, пока истерика поутихнет, после этого попытаться переключить внимание;

– не бросать ребенка одного, выйти ненадолго, если не

можете держать себя в руках;

– на улице или в магазине постараться меньше беспокоиться о том, что подумают люди, сразу же вынести ребенка из магазина;

– заниматься своими делами и комментировать: «Ксюше плохо – ей нужно поплакать. Когда она закончит, мы пойдем гулять. И т. п.».

Если вы спокойны, используйте метод захвата: крепко прижмите ребенка к себе и держите, «напитывая» своей любовью и спокойствием.

Могут помочь брызги холодной воды или заворачивание и укачивание (как маленького), смех и т. п. (в зависимости от ребенка и ситуации). Иногда полезно, чтобы кто-то другой сменил вас.

И помните: истерика подчас лучше длительного нытья и плохого настроения, это может быть просто выходом эмоций, напряжения… Тогда не стоит гасить истерику, тем более наказывать. Шлепнуть можно, но не в качестве наказания, а чтобы вышло напряжение, обида, затем обязательно помиритесь, иначе плохое настроение может растянуться надолго.

Прощаемся с молочком

Большинство мам настроены кормить ребенка до года. На втором году предстоит отнятие от груди. Как бы там ни было, не торопитесь: грудное молоко содержит антитела, обеспечивает иммунную защиту от многих инфекций. По наблюдениям американских врачей, у вскормленных грудью детей меньше уровень холестерина в крови, будучи взрослыми, они меньше склонны к развитию астмы или диабета. Кроме того, интенсивное сосание стимулирует подвижность мышц губ, рта и всего лица, а значит, помогает в развитии речи.

Не обращайте внимания на то, что «все подружки уже или еще», не слушайте участкового педиатра, который твердит, что молоко уже все равно не имеет никакой ценности. Ориентируйтесь только на себя и на своего ребенка. Сроки кормления очень индивидуальны так же, как и состав самого молока. Иная мама покормит до трех месяцев и чувствует себя героиней, а для кого-то кормить до трех лет – ничего особенного.

Как правило, ребенок (с которым хорошо налажена связь) чутко реагирует на ваше решение: если вас терзает чувство вины, нерешительность, он это почувствует, тогда «отнятие» может стать болезненным. Если кормление начинает тяготить вас, малыш тоже почувствует это (и может «решить», что это он вас тяготит). Итак, лучше заранее морально подготовиться и действовать мягко, но решительно. Если острой ситуации нет, а сомнения есть, лучше все-таки отложить этот момент.

Есть специальные препараты, которые снижают лактацию (бромкамфора, например), но, как правило, проблема «отнятия» скорее психологическая, чем физиологическая. Я не имею в виду «раннее отнятие», хотя бы до года можно и нужно смело кормить.

Возможно, ваш кроха из тех, кто сам бросает материнскую грудь (обычно около года). Тогда вам остается лишь «ловить момент». Только будьте осторожны: не примите безразличное отношение к груди, короткое или прерывистое сосание за готовность отказаться от груди. Это может быть началом болезни или сопровождать прорезывание зубов, а иногда бывает связано с возросшим интересом к окружающему миру, повышенной потребностью в физической активности.

Детей, которые добровольно отказываются от груди, мало: от лакомства и удовольствия не так легко отказаться. И если интерес вашего ребенка не ослабевает даже к полутора годам, решение остается за вами. Все-таки сколько бы ни было вашему малышу, постарайтесь с ним «договориться», объяснить, может

быть мысленно, почему вы это делаете. Так вы и сами лучше поймете, что происходит, убедитесь лишний раз в правильности решения. Главное – убедите его, что вы его очень любите и меньше любить не станете никогда!

Хорошо бы заранее сдать анализы малыша, чтобы представлять, в каком состоянии находится его здоровье. Можно начать подкреплять иммунную систему травами, гомеопатией или чем-то еще, ведь он будет лишен привычных антител. Пищеварительная система тоже будет испытывать дополнительную нагрузку (в молоке содержатся вещества, которые помогают перевариванию), поэтому сделайте упор на бифидокефиры или специальные живые бактерии (лакто– и бифидо-), которые продаются в аптеках.

Многие считают, что самый простой, решительный и безболезненный способ – исчезновение матери, ее отъезд на какое-то время (что называется, «с глаз долой – из сердца вон»). Маме-то уж точно в такой ситуации легче, ведь, как правило, именно из нее малыш «веревки вьет», может позволить себе то, что не позволит с папой или бабушкой. Ребенку тоже легче – нет «раздражителя», а через несколько дней, вернувшись, можно сказать, что «титя заболела» или что-нибудь в этом роде, вызвав жалость и сочувствие, а не желание. Правда, есть маленькое «но»: у крохи еще нет представлений о «завтра» или «вчера», о «неделькe», о «первом сентября» или «двадцатом августа». Даже несколько часов вашего отсутствия могут восприниматься им как вечность. Так что продумайте, на какое время вы можете оставить своего малыша в такой острый момент и с кем (это должен быть кто-то почти такой же близкий и знающий его привычки человек, например отец), как будете поддерживать иллюзию присутствия (например, звонить по телефону).

Отнимайте ребенка от груди в спокойной обстановке. Для него это в любом случае стресс не только физический, но и эмоциональный. Ни в коем случае он не должен сопровождаться еще каким-то другим стрессом: переездом, болезнью, прививками, прорезыванием зубов, вашим выходом на работу (не лишайте кроху привычного утешения в такой неподходящий момент).

Не перемещайте малыша одновременно с «отнятием» в другую (отдельную) кровать или в другую комнату. Лучше делать все постепенно. Не лишайте его контакта так резко, наоборот, старайтесь ласкать, брать на руки, рассказывать сказки, читать вместе книги, играть, смотреть в глаза как можно чаще. Лучше отложить на время все свои дела – дела подождут, а вашему ребенку очень страшно: вдруг вы его разлюбили?

«Спрячьте» грудь, не провоцируйте ребенка (даже спустя какое-то время после отнятия). Не переодевайтесь, не мойтесь при нем, наденьте что-нибудь поплотнее, чтобы даже запах не пробивался, – словом, незачем дразнить человека (молоко сохраняется в груди до полугода, так что всегда есть шанс «вернуться назад»).

Каким-то образом компенсируйте стресс, который испытывает ребенок, вспомните, как перед экзаменом вы балуете себя шоколадкой или в трудные времена стараетесь чем-то себя порадовать: покупаете новую вещь, звоните подружке или идете в театр. Словом, у всех свои способы немножко себя приободрить. Кто же, если не вы, поможет вашему малышу в трудный для него период? Ведь сам он этого пока не умеет, а вы-то наверняка знаете, что именно ему понравится. А может быть, на время займет его внимание и отвлечет от «дурных мыслей» новая игра, книга, поход в зоопарк или любимое лакомство?

Поскольку кормление – это некий ритуал, с которым, например, связан процесс засыпания (или пробуждения) или что-то еще, его нужно чем-то заменить, *придумать другой ритуал.* Пусть это станет для ребенка не потерей, а заменой. Вы лучше знаете, что подойдет для вас и вашего крохи: чтение книги, колыбельная, поцелуй, поглаживание или что-то еще. Можно сделать так, чтобы два ритуала начали сосуществовать за несколько дней до начала отнятия. Особенно трудно дается засыпание: ребенок во что бы то ни стало хочет сохранить тактильный контакт (теребит вашу руку, поглаживает плечо или просто старается уткнуться под мышку), найдите для себя что-нибудь подходящее.

Кормление – это ведь еще и еда. *Не оставляйте кроху голодным.* Если он привык «прикладываться» к груди ночью и несколько раз днем, нужно чем-то заменить его трапезы. Ночью это может быть кефирчик или водичка (даже яблочко), постепенно вы отучите его и от этой привычки. Не спешите сделать все сразу. Иногда ребенку нужно что-то «положить в рот», прежде чем заснуть. Не отчаивайтесь: можете покормить его прямо на руках, как привыкли кормить грудью. Днем положите в доступном месте фрукты, печенье, сок – возможно, он захочет подкрепиться.

Самое трудное время, конечно, ночное. Поэтому *начинать отлучать от груди нужно днем,* когда вы сможете понаблюдать за крохой, а если ребенок постарше, то и договориться. Ночью договариваться бесполезно. Постарайтесь, чтобы кто-то вам помог, наметьте «все» на выходные, когда папа или бабушка уложат малыша спать днем (может быть, кроха вообще не умеет

засыпать без груди, *пусть узнает, что это возможно*), а вы в это время отлучитесь «в магазин». А может быть, всем (малышу, папе, вам) по душе придется «ночевка с папой», например, на матрасе, в другой комнате. Ведь у отца просить титю ночью бесполезно. А вы тем временем подготовитесь к новому дню.

Весьма действенным, кстати, оказывается очень простое средство. Вы мажете грудь зеленкой (как можно безобразнее, чтобы самой было страшно смотреть), показываете ее ребенку и рассказываете, что ее теперь нельзя сосать, это «кака», «фу», она болеет, ее надо жалеть и т. д. Все это днем, естественно. Рассказывайте окружающим, что ваша титя «заболела». Можете даже показать кому-то из близких (при ребенке): эта тема не должна быть запретной, пусть малыш точно запомнит, что к чему. Ночью можно попробовать убедить, но если не удастся, рот у ребенка «позеленеет», покажите ему в зеркало утром (только не пугайте). Все должно быть спокойно и слегка шутливо.

Постепенно, скорее всего, малыш все поймет. (А если нет, может, еще рано?) Можете предложить ночью вместо сосания «подержать ее, чтобы не сбежала», пусть ребенок успокоится, что его сокровище при нем, хотя и «болеет». И не забывайте почаще обнимать и ласкать малыша.

Народными средствами (помазать горчицей или перцем, а лучше и тем и другим) пользоваться не стоит. В конце концов, это даже как-то подло – так подменять всегдашний источник радости. Ребенку наверняка будет очень обидно и непонятно. А вообще-то, все очень индивидуально, и, возможно, вы изобретете собственный способ, единственно верный.

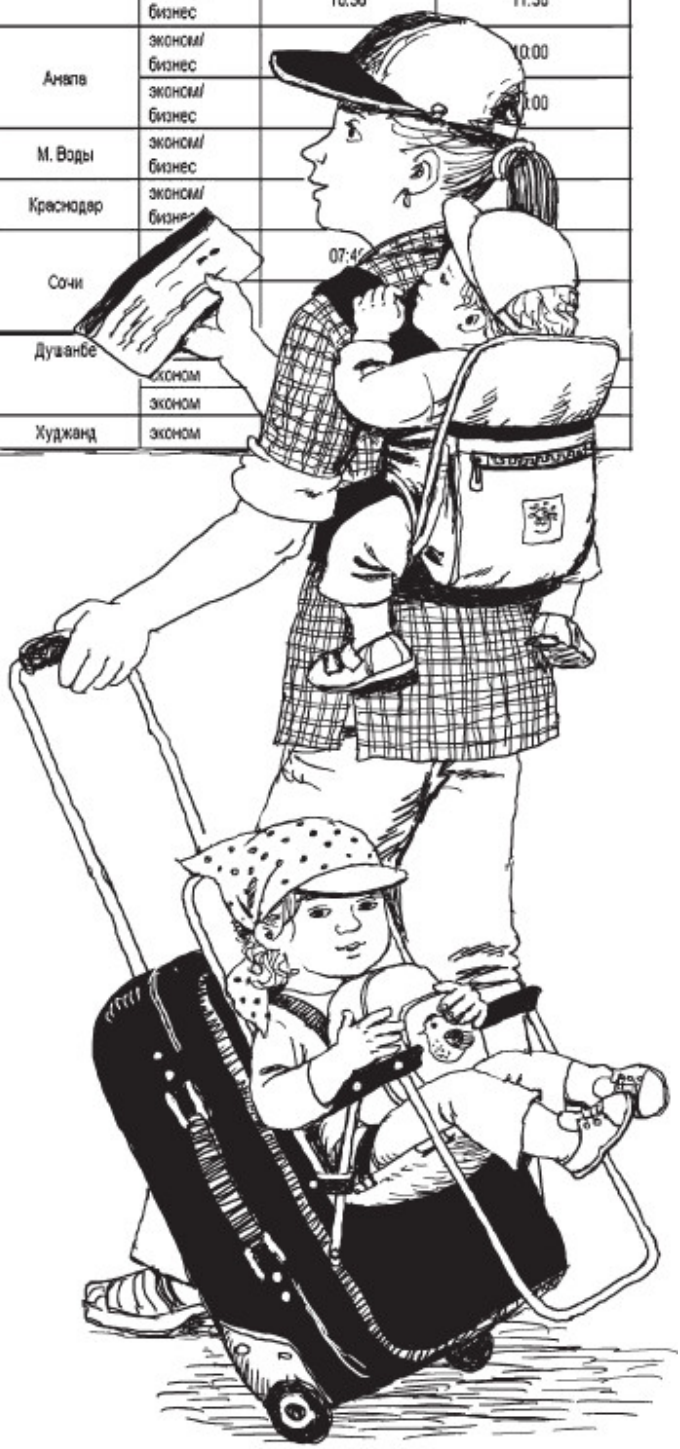
Прерывая грудное вскармливание, не терзайте себя, просто постарайтесь проявить свою любовь в другой форме. Если же у вас нет веских причин «бросать», кормите так долго, как только сможете! Это уже не повторится.

Двух своих детей я кормила до двух с половиной лет, одного – до полутора лет, еще одного кормлю сейчас. Не жалею, что так долго. И отнимать было легко – мы просто договорились. Однако у всех свои обстоятельства, так что исходите из ваших интересов, согласуя их с интересами вашего ребенка.

Путешествуем

Каждое лето мне задают один и тот же вопрос: «Как я (бедная, отчаянная, мужественная, сильная, сумасшедшая – эпитеты всегда разные) отдыхаю на море с таким маленьким ребенком (двумя, тремя, четырьмя детьми)?» Просто я люблю плавать, загорать, по морю очень скучаю. Всем хочется в отпуск, и мамам малышей тоже. Значит, если следовать своим желаниям и советам осторожных педиатров, среди которых, к сожалению, практически не встречается детских психологов и практикующих психотерапевтов, такого кроху неизбежно придется оставить на попечение бабушек или нянь на две-три недели. Для маленького ребенка это невероятно длинный срок и огромный стресс, в этом я уверена. Ни за что не стала бы подвергать своего малыша такому испытанию, ведь вы помните, что в первые годы жизни у ребенка формируется базовое доверие (или недоверие) к миру. Кроме того, у крохи не развито ощущение времени: две минуты длятся для него как целая вечность, он не понимает, вернется ли мама через пять минут, пять лет или вообще не вернется.

5901	ТУ-134	Санкт-Петербург	эконом/ бизнес	10:30	11:30
5911	ТУ-134	Анапа	эконом/ бизнес		10:00
	ТУ-134		эконом/ бизнес		00
5914	ТУ-134	М. Воды	эконом/ бизнес		
5913	ТУ-134	Краснодар	эконом/ бизнес		
5915	ТУ-134	Сочи		07:4	
	ТУ-154				
5905	ТУ-154	Душанбе			
	ТУ-154		эконом		
	ТУ-154		эконом		
5907	ТУ-154	Худжанд	эконом		



Уверенность, что мы вместе отлично проведем время в отпуске (у меня не будет ныть сердце за малыша), и сильный диатез старшего ребенка буквально заставили меня когда-то рискнуть. Опыт оказался удачным, поэтому поездки стали хорошей традицией. Теперь детей четверо, они все очень любят воду и солнце, прекрасно ныряют и плавают, и мы вместе ждем следующего путешествия…

Здоровье

Мнения педиатров (специально проверяла) по этому вопросу разделились на прямо противоположные. В случае некоторых заболеваний (дерматиты, болезни дыхательных путей) рекомендуется сменить климат, свозить ребенка к морю. Большинство же докторов убеждены: ребенка до трех лет лучше в другой климат не вывозить. Акклиматизация у детей длится долго – до одного месяца. Под акклиматизацией подразумевается привыкание (а не страшные болезни), поэтому если ехать, то желательно надолго.

У меня лично и у мам в моем окружении есть опыт путешествий с детьми разных возрастов и пребывания на море или в горах с ними от двух недель до трех месяцев. Мои личные выводы: сменить плохую погоду на хорошую, а наши «пластмассовые» фрукты на настоящие, выросшие под солнцем, всегда невероятно полезно для здоровья детей. Ребенок, который путешествует вместе с родителями, очень много получает. А совместные поездки в любом направлении сплачивают семью и обогащают опыт всех ее членов. Срок пребывания роли не играет, иногда и десяти дней достаточно.

На море дети на глазах здоровеют, если соблюдать меры предосторожности. У моего младшего (в 8 месяцев) на море наконец-то прорезался первый зуб (натуральных витамина Д и кальция здесь в избытке). Мы даже шутили: «Поедем на море за зубами». Именно так и получилось: отдыхали 3 недели – зуб появился через 16 дней. Кожа на глазах становится чистой, сыпь, которую дома ничем не вылечишь при строжайшей диете, исчезает. В физическом развитии детей отмечается серьезный скачок.

В прошлом году, когда мы ездили большой компанией, запомнился восторг одной из мам: «Он поправился за две недели на два килограмма!» Это про очень худенького и маленького двухлетнего мальчика. На море укрепляется нервная система детей, улучшается сон, уменьшаются капризы.

И конечно, впоследствии меньше болеют. Самой удачной в этом плане была наша осенняя поездка (сентябрь – октябрь). «Сбежав» на солнце от осенних соплей, оба ребенка (один год и три года) ничем не болели до конца апреля, несмотря на многочисленные контакты с детьми при этом.

Обычно иммунитета «хватает» примерно на два-три месяца, поэтому моя подруга путешествует с сыном 4–5 раз в год. Впервые она выехала, когда ему было три месяца, правда, не в одиночку и в проверенное заранее место.

Меры предосторожности

Перед поездкой и в первую неделю отдыха (иногда и дольше) я даю детям пробиотики с бифидо– и лактобактериями – они повышают сопротивляемость организма, улучшают пищеварение. Мы избегаем подозрительных контактов (с кашляющими и чихающими личностями), в частности поездок на общественном транспорте за три дня перед началом отдыха. Мы пьем на отдыхе только бутилированную воду, причем много – за водным режимом я слежу сама.

Мы никогда не бываем на солнце с 12 до 17 часов. Исключением стал аквапарк, где предпринимались дополнительные меры защиты. Крем от солнца с высокой степенью защиты я наношу детям на все тело (включая уши) до выхода на улицу утром (это такая же обязательная процедура, как чистка зубов). Крем должен быть куплен в хорошей аптеке (подделки встречаются), а еще лучше – за границей. В течение дня крем наносится 1–2 раза, особенно на плечи, носик и т. д.

В первые дни мы купаемся с осторожностью, постепенно увеличивая время. На три дня запрещено ныряние, чтобы вода не попала в рот, в уши и пр.

Мы стараемся выбирать чистые пляжи, где не слишком много людей. В идеале на них должны брать пробы песка и воды (как, например, на Кипре) и проверять на предмет разных инфекций.

У меня всегда с собой аптечка, подобранная с учетом «слабых мест» моих детей.

И наконец, совет: кормите грудью как можно дольше, в поездке это вещь незаменимая и предохраняет от многих неприятностей.

Развитие крупной моторики.

Гимнастика

Пляж – отличное место для гимнастики. Ею лучше заниматься рано утром под мягким солнышком. Делайте тот комплекс упражнений, который вам знаком, не забудьте и о динамических упражнениях: покачайте кроху за ручки вверх-вниз, вправо-влево, вперед-назад, по кругу, естественно голышом.

Расскажите сказку про зайку (мишку, ежика), который отправился на прогулку: он шел, прыгал, приседал (отдыхал), прятался от лисички и т. д., шел через лес, где росли высокие деревья (потянитесь вверх), перепрыгивал через ручеек, устал (лег отдохнуть). Придумайте, кого зайка встретил, учите ребенка подражать разным животным (косолапому мишке, лисичке), потрите лапки, которые у него замерзли. Это и будет зарядка.

Плавание

К шуму моря, к волнам, солености ребенок должен привыкать постепенно. Желательно готовить малыша заранее, еще дома, показывать картинки, рассказывать про море. Конечно, с восторгом. Вы ведь любите море?! Насильно тащить в воду кроху нельзя, пусть он окунется впервые на руках у мамы.

Ни в коем случае не позволяйте ребенку плавать в обычном круге или спасательном жилете: вы фиксируете неправильное вертикальное положение корпуса в воде. К тому же круг выглядит надежным, а родителям хочется расслабиться и не следить за крохой слишком пристально. Но круг – вещь ненадежная и опасная. Он может перевернуться, ребенок окажется головой вниз, ножками вверх. В крайнем случае можно использовать нарукавники.

Чтобы малыш не боялся воды, попрыгайте и поприседайте с ним на мелководье, приговаривая:

Баба сеяла горох.
Прыг, скок, прыг, скок!
Обвалился потолок.
Прыг, скок, прыг, скок!
Баба шла, шла, шла,
Пирожок нашла,
Села, поела, опять пошла.
Баба встала на носок,
А потом на пятку.
Стала русского плясать,
А потом в присядку!

Расслабляться, пока ребенок не научится уверенно нырять, в

любом случае нельзя. Учите малыша лежать на воде, прыгать в воду, доставать из воды камушки, брызгаться, не пугаться набежавшей волны. Зачастую поведение маленьких детей в воде – показатель их доверия родителям.

Если малыш попросит грудь – не отказывайте ему. Будьте терпеливы!

Развитие мелкой моторики и сенсорики

Очень хорошо, когда на пляже есть и песок, и камни. На камушках можно рисовать пальчиковыми или акварельными красками, украшать камни пластилином, строить из них башенки, выкладывать дорожки, смачивать и рассматривать узоры. Материалы для творчества мы привозим с собой, вокруг всегда собирается стайка ребятишек.

Из песка можно строить замки. Очень увлекает детей рытье ям и наполнение их водой, которую нужно носить ведерком из моря. Для малышей невероятно много новых сенсорных впечатлений: пробежаться по песку, облизать соленый камушек, а вот набежала волна и окатила холодными брызгами.

Оставьте на мокром песке след от ладошки, ступни, башмака. Сравните следы от взрослой и детской ладоней, от внутренней и внешней сторон, от кулачков, костяшек кистей рук и т. д. «Пройдитесь» по поверхности песка каждым пальцем сначала одной, потом другой руки, потом одновременно указательными, большими, средними, безымянными, мизинцами обеих рук. «Поскользите» ладонями по поверхности песка, делая зигзагообразные и круговые движения (как машинки, санки, змейки и т. д.). «Поиграйте» на поверхности песка, как на клавиатуре пианино, сравните с ощущениями от тех же движений по твердой поверхности. Порисуйте палочками.

Погрузите руки в песок, пошевелите пальцами, наблюдая, как изменяется рельеф, попробуйте освободить руки, только шевеля пальцами и сдувая песок. Раскопайте «мину». Ваша рука в песке в любом положении, задача «сапера» – раскопать мину, не дотрагиваясь до нее. Закопайте «мину». Детям очень нравится закапываться, закапывать какие-то части тела, пачкать или закапывать родителей. Закопайте два-три предмета, пусть малыш раскопает что-то одно и на ощупь попробует узнать, что это.

Покажите ребенку, как набрать в горсть сухой песок и медленно высыпать его, создавая разные формы, например дорожки (к домику зайчика или медвежонка, нарисованному на песке).

Общение и познание

Путешествия невероятно расширяют кругозор, развивают речь (словарный запас пополняется очень быстро), эмоциональную сферу, учат общаться. Дети за пару недель могут узнать столько, сколько дома и за полгода не узнаешь. Знакомство с местной флорой и фауной, культурой, языком, колоритом страны, новыми запахами, звуками, вкусами, людьми – всего и не перечислишь! Когда детей у меня было только двое, хватало сил ездить с ними в обезьянник, дельфинарий, аквапарк. До сих пор они помнят, как плавали с дельфинами и катались на осликах.

Но даже исключительно пляжно-отельная жизнь приводит детей в восторг. Старшие могут познакомиться на пляже с ребятами из разных стран – и получить невероятную мотивацию учить языки. Малыши, на которых всегда обращают внимание, тоже очень много общаются, наблюдают. Каждый раз после возвращения я отмечала скачок в развитии своих детей!

Советы мамам, путешествующим вдвоем с ребенком

Возьмите с собой важные для ребенка вещи: то, на чем он привык спать (например, одеяльце, оно, кстати, очень пригодится в самолете), то, из чего он любит есть (его тарелку, ложку), и горшочек. Психологически малышу будет комфортно, он легко привыкнет к новому месту.

Обязательно берите с собой коляску. Ее, кстати, можно сдать и получить у трапа самолета. Очень удобно, если, например, кроха спит в переноске (переноску для ребенка после года можно сшить на заказ). Переноску вынимаете из коляски и берете в самолет, не потревожив малыша. В конце концов, если вы несете ребенка на руках, в коляску можно сгрузить все вещи.

Обязательно возьмите с собой аптечку, разные надувные игрушки для плавания, материалы для творчества, запас памперсов и влажных салфеток, фумигатор (в некоторых местах есть комары). Отличная вещь, особенно когда вы едете надолго, пароварка или мультиварка. В нее можно загрузить овощи, сварить кашку, омлетик, пока вы на море.

Если вы не едете в отель, где «все включено», постарайтесь остановиться в таком месте, где вам не придется готовить и мыть посуду. Один из вариантов – договориться в близлежащем санатории, столовой, ресторане о питании (в определенное время). Тогда и вы отдохнете. Если снимаете квартиру, можно

найти помощницу по хозяйству.

Не ходите на общественный пляж, только на пляж санатория, отеля и т. д. В крайнем случае заплатите – это того стоит. Пожалуй, из всех мест, где мы бывали, чистый общественный пляж был только на Кипре.

Как можно скорее познакомьтесь на пляже или в отеле с другими мамами (семьями) с детьми (в идеале – с детьми такого же возраста). Накупав и «наиграв» детей, уложив их в тени спать в колясочке (не забудьте пристегнуть), можно плавать и загорать по очереди, вместе ходить в магазин и пр. Общайтесь – всегда найдутся отзывчивые люди, которые подкачают колесо коляски, присмотрят за спящим малышом, помогут на лестнице.

Итак, путешествуйте с детьми, показывайте им мир, расширяйте их границы. Да, это хлопотно, но все-таки того стоит. Когда малыш подрастет (хотя бы до двух с половиной лет), его можно оставить с бабушкой или няней. Все-таки отпуск без детей совсем другой, да и свои границы расширять тоже необходимо.

Приучаемся к горшку

Эта глава, пожалуй, будет самой короткой. Ведь самый главный совет, который я могу дать, исходя из своего опыта: *отнеситесь к приучению к горшку без напряжения.* Как говорится, ни один ребенок еще не пошел в школу в памперсах. А значит, пусть все идет своим чередом. Нет жестких норм, когда малыш должен научиться это делать без запинки. До трех лет крохе крайне трудно контролировать свои сфинктеры, не торопите его, не сравнивайте с соседским малышом. Это физиология, а значит, даже если вы будете пользоваться горшком, неожиданных конфузов не избежать. Это нормально. И у вашего малыша свои возможности.

Если у вас еще нет горшка, обязательно обзаведитесь им после года. Предлагайте ребенку посидеть на нем после сна или обеда (или тогда, когда вы знаете, что он обычно писает). Хвалите его преувеличенно и эмоционально, если у него получилось. Объясняйте, для чего нужен горшочек.

Если он сопротивляется, не настаивайте, лучше попробуйте снова через некоторое время. Бывает, ребенку просто не нравится

сам горшок или вы «попали в стадию протеста». Не показывайте, насколько это для вас важно.

Держите ребенка без памперсов, когда есть возможность. Он должен понимать и чувствовать, что происходит, показывайте на горшочек, если малыш пописал на пол. Вместе вытирайте тряпкой пол. Но не напрягайтесь, если это доставляет вам неудобство – в гостях или в общественных местах, во время сна или когда холодно в квартире. Ваша цель – постепенное приучение. Малыш все равно научится тогда, когда будет к этому готов, а пока просто объясняйте и предлагайте. После года подойдут памперсы-трусы, пользуйтесь ими как обычными трусиками. Когда есть время следить, снимайте, высаживайте на горшок, затем снова надевайте.

Как правило, около двух лет многим удается обходиться без подгузников, но ребенок продолжает «заигрываться». Помните, что до трех он имеет на это полное право. Многим детям не удается контролировать себя ночью. Поэтому советую укладывать ребенка спать в памперсах, но высаживать его на горшок, когда он начинает вертеться (если не хочет садиться на горшочек, ведь тот холодный, просто подержите его над чем-нибудь). Когда памперсы будут стабильно оставаться сухим до утра, пришло время расстаться с ними и на время сна.

Учимся общаться

Рано или поздно для любого ребенка наступает момент, когда он покидает уютные мамины руки, входит в новый, неизведанный мир, населенный множеством пока еще чужих для него детей и взрослых. В этом мире (будь то школа, детский сад, просто игровая площадка) свои правила, свои законы, и какими бы безобидными и простыми они ни были, они другие.

В это общество малыш часто попадает, совершенно не умея общаться, а родители как раз хотят поскорее отдать ребенка в детский сад или в какой-нибудь коллектив, чтобы он «научился общаться». Замкнутый круг.

О том, сколько страхов и обид придется пережить малышу, мы задумываемся редко, потому что дети не всегда умеют прямо сказать о своих чувствах. Даже если ребенок еще не может выразить свои мысли словами, он использует свое тело в качестве «посредника», сообщающего взрослым об испытываемом им напряжении и угнетенности духа, а мы не умеем расшифровывать эти «послания». Тяжелые переживаниями ребенка, выливающиеся в бесконечные соматические и нервные заболевания, слезы и обиды других детей, претензии и замечания воспитателей часто становятся следствием «обучения» общаться.

Всем родителям хочется, чтобы ребенок мог научиться этому в более мягких условиях, в сопровождении близкого взрослого, под защитой. А значит, начинать нужно как можно раньше. В годик, когда ребенок уже уверенно ходит и отрывается от мамы, в самый раз.

В этом родителям могут помочь, во-первых, *детские центры и клубы,* в которые на занятия и мероприятия, а также в игровые зоны нужно ходить вместе с родителями. Лучше всего, когда развитие коммуникативных навыков (умение поздороваться, представиться, спросить о чем-то собеседника, ответить) и усвоение социальных правил входит в обязательную программу центра. Ищите именно такой центр.

Оставаясь на занятиях со своим ребенком, вы можете помочь ему научиться меняться и делиться, уступать или, наоборот, отстаивать свои права, если он первым взял «общественную» игрушку. Под вашей защитой малыш должен научиться принимать правила, которые установлены в данном коллективе. Если нужно, пожалейте кроху, объяснив, что что-то здесь иначе, чем дома. Всегда поддерживайте его, в том числе в его желаниях, старайтесь помочь своему ребенку, но не в ущерб остальным детям. Показывайте пример, общаясь с другими родителями.

Первый Центр ранней социализации для детей от нуля до трех-четырех лет был открыт во Франции. Идея создания детского учреждения столь необычного профиля принадлежит Франсуазе Дольто, педиатру и детскому психоаналитику. Эта удивительная женщина задумалась о возможности профилактики и практического преодоления так называемого «адаптационного синдрома», возникающего у детей, поступивших в детское дошкольное учреждение и психологически к этому не готовых.

В 1979 году Ф. Дольто открыла в Париже своеобразный клуб для родителей и детей раннего возраста, получивший впоследствии название «Зеленый дом» («Мезон верт»). Впоследствии такие дома были открыты по всему миру, а многие клубы в разных странах позаимствовали идею гуманистического и уважительного отношения к маленькой личности.

Самое удивительное, что детей в «Зеленом доме» воспринимали как личностей, как людей со своими способностями и достижениями, со своими проблемами. Здесь малыши на языке игры могли пожаловаться психологам на свои трудности и поискать вместе с родителями и другими детьми выход (тоже через игру). В «Зеленом доме» не говорили о детях в третьем лице, а обращались непосредственно к ним, как бы малы они ни были. Разговаривая с малышами, сотрудники пытались понять эти «детские средства выражения себя» и прояснить их при помощи речи как для ребенка, так и для родителя. Ведь умение проговаривать свое желание, обиду или гнев облегчает жизнь каждому человеку: сдерживаемые чувства всегда прорвутся каким-нибудь способом, будь то внезапные вспышки ярости или приступы болезни как следствие подавления себя.

Очень важно, чтобы первый опыт пребывания в детском учреждении ребенок приобретал под защитой близкого человека, чтобы первые правила он привыкал выполнять не в одиночку. Малыш может поиграть, пообщаться с мамой и с другими детьми в наиболее комфортных условиях, а родители – пообщаться с ребенком, с другими взрослыми, увидеть сходство переживаемых ими трудностей и проблем. Если нужно, специалист всегда придет на помощь. Порой этого так не хватает запертой в четырех стенах маме с малышом.

Правил в таком месте может быть лишь несколько, совсем несложных, их вполне может осилить карапуз. Например, не пересекать на велосипеде линию на полу (за ней находится «пешеходная зона»), играя с водой, надеть непромокаемый плащик, не расхаживать с едой по игровой комнате – перекусить можно в отведенном для этого месте, за столиком. Мама (или тот, кто пришел с ребенком) помогает малышу соблюдать правила, и

даже совсем маленькие дети демонстрируют способность освоить их. Это удивительно, но правила нарушаются только для того, чтобы проверить, что же последует за этим, – так ребенок нащупывает границы дозволенности-недозволенности. Ведь когда он придет в ясли или детский сад, на него обрушится несравненно большее число правил и ограничений, основанных на многолетнем опыте педагогов детских учреждений, смысл которых, однако, ребенку не всегда ясен.

Во время поисков центра для своего малыша уточните, как реализуется здесь программа социализации и развития коммуникативных навыков ребенка.

Тем временем работайте над этим вопросом сами. Вам помогут, конечно же, общение с другими семьями и походы в общественные места, даже просто на детские игровые площадки. На детской площадке необходимо соблюдать нехитрые правила.

1. Не заставляйте своего ребенка делиться, если он этого не хочет. Слова «Ну дай лопатку, что ты у меня за жадина!» абсолютно неуместны. Ведь до определенного возраста свои вещи кроха воспринимает как часть себя, лопатка для него практически продолжение руки, поэтому ему так трудно делиться. Вы ведь не просите кого-нибудь из близких отдать незнакомцу свою почку или руку.

2. Не берите на площадку игрушки, к которым ваш малыш очень привязан или новые, которыми он еще не наигрался. Заранее проговорите: «Вот этими игрушками будем меняться, а вот этот мячик возьмем с собой, чтобы с кем-нибудь вместе играть». Старайтесь заполучить для своего ребенка то, что ему понравилось. Не одергивайте: «Это не твое, чужое, нельзя». Для этого берите привлекательные для других детей игрушки (фигурки животных, машинки), просите и предлагайте обмен, чтобы ваш малыш мог поиграть тем, что ему понравилось.

3. Защищайте своего ребенка. Если обидчик примерно одного возраста, то вмешательство не обязательно, старайтесь помирить детей. Если нападающий намного старше и больше, смело вмешивайтесь. Преградите дорогу, скажите, что наблюдаете за ним и не дадите в обиду своего малыша. Научите своего ребенка защищаться: громко кричать, чтобы испугать обидчика, убегать или давать сдачи (это зависит от вашей жизненной философии).

Но в целом учите кроху, конечно, миролюбивому поведению, показывайте, как можно меняться игрушками, как играть вместе, помогайте знакомиться и дружить (спрашивайте, как зовут другого ребенка, предлагайте играть вместе). Если малыш стеснительный, возможно, вам еще долго придется быть для него проводником.

У меня две очень разные дочери. Старшая потрясала меня в свои два года коммуникабельностью (она уже очень прилично к этому времени разговаривала). Могла подойти к пятилетней девочке или мальчику и познакомиться. Однажды я даже записала такой диалог.

– Привет, тебя как зовут? – спрашивает моя двухлетняя дочка.

– Маша.

– А меня Ксюша. Тебе сколько лет?

– Пять.

– А мне семь. Давай дружить.

Удивлялись не только окружающие, но и я сама. Вторую дочку пришлось водить за ручку знакомиться почти до самой школы, благо ей сестра помогала. Но рано или поздно, каким бы ни был малыш, он все-таки научится общаться сам. Проявите терпение, не упрекайте, если у него пока не очень получается.

Питаемся

Начиная со второго года жизни *малыша нужно приучать к самостоятельности в еде.* Даже самые неумелые его попытки заслуживают одобрения и поощрения. Необходимо многократно и терпеливо показывать ребенку, как следует во время еды сидеть за столом, самостоятельно пользоваться ложкой. А ложку лучше всего дать тогда, когда он к ней потянется, обычно это бывает в начале второго года жизни.

Получив в руки ложку, кроха не сразу с ней справится. Ему надо помочь, показать, как удобнее брать и держать ложку, чтобы она не опрокидывалась, как зачерпывать ею пищу. Пройдет немало времени, прежде чем малыш сам зачерпнет еду с тарелки и поднесет полную ложку ко рту, не перевернув ее. Конечно, он может испачкаться и испачкать стол. Желание познавать толкают его на исследование пищи, которую ему хочется размазать. Нельзя на него сердиться, позвольте ему насладиться, а потом все вымойте.

Первое время пользование ложкой быстро утомляет малыша. После многократных безуспешных попыток мама может взять другую ложку и накормить его сама. С каждым днем следует давать ребенку большую свободу в освоении навыков самостоятельной еды, тем более что пользование ложкой способствует развитию кисти, совершенствует координацию движений.

Как только малыш научится сам подносить ко рту хоть немного пищи, лучше прекратить его докармливать. В противном случае он быстро сообразит, что есть самому не просто, а голодным его ни за что не оставят.

Опыт показывает, что если дать ребенку ложку в возрасте около года, когда он к ней впервые потянется, то к полутора годам он сумеет обходиться во время еды без посторонней помощи. Если же этого не сделать вовремя, то малыш не сможет самостоятельно пользоваться ложкой и в два года. А осваивать это умение в старшем возрасте, когда у него появляется много других увлечений, ему уже неинтересно.

Если вы хотите научить ребенка правильно питаться (исключить, к примеру, чипсы, сосиски и продукты с вредными добавками), вам нужно перестать это есть самим, иначе ребенок будет подражать вам. А припрятать вредное не получится, его просто не должно быть в доме.

Не следует забывать, что разным детям нравятся разные блюда, и, как правило, совсем не те, что рекомендуют в

учебниках. Возможно, какие-то пристрастия связаны с темпераментом и другими особенностями ребенка. Очень отличаются и вкусовые пристрастия детей в условиях свободного выбора. Иногда стоит прислушаться или присмотреться – ведь это не просто так.

Один из способов «сглаживания» и уравновешивания некоторых черт характера – это правильно подобранная пища. Давно известное выражение «Мы суть то, что мы едим» как нельзя лучше соответствует взаимообусловленности темперамента и особенностей питания. С одной стороны, люди разных типов отдают предпочтение определенным продуктам, с другой – именно вкусовые пристрастия накладывают отпечаток на характер человека. Существует очень любопытное исследование соответствия темперамента определенным продуктам. Подробно я об этом написала в своей первой книге.

Играем, занимаемся, исследуем…

Сколько времени можно заниматься с ребенком от года до двух лет? С кем-то разговаривать, лепить и танцевать можно практически целый день. Ребенок в этом возрасте, особенно если он приучен к вниманию, жадно впитывает все и постоянно ждет то очередного показа слайдов, то прослушивания музыкальных отрывков. Главное, чтобы все игры были эмоционально окрашены, чтобы малыш вдоволь двигался и у него было время для самостоятельной сосредоточенной игры. Причем такие игры тоже могут быть развивающими: пересыпать или просеивать, переливать, нанизывать, пускать кораблик в ручье. Об этом подробно написано в первой главе. Есть дети, которым просто необходимо побыть в одиночестве, повозиться с игрушками, посмотреть мультики. И чтобы никто к ним не приставал.

В этом возрасте развивающим может быть все, что угодно, и еще неизвестно, что пригодится ребенку в будущем. Все сферы развития взаимосвязаны. Погонять мяч или потанцевать – тоже развитие, которое косвенно влияет и на развитие мышления или речи. Занимайтесь с ребенком столько, насколько у вас обоих хватит желания и интереса. Если он хочет еще, вы не переборщите, если же не хочет, переключитесь на игру в прятки. Подвижные игры тоже могут быть развивающими: спрячьтесь от ягуара в густых зарослях, потанцуйте с туземцами в джунглях и т. д. Предварительно покажите ребенку картинки, слайды или видеоролик об этом. А можно просто заняться вместе домашним хозяйством, покупками, покормить на улице голубей…

Главное, чтобы вам это было по душе. Не притворяйтесь, не насилуйте себя. Кому-то нравится путешествовать и ходить с малышом по музеям, и это не утомляет. Кому-то интересно на развивающих занятиях узнавать что-то новое, а кто-то обожает домашние дела и что-то мастерить. Я подам вам массу идей для занятий с ребенком, выбирайте. Хватит сил на все – браво! Не хватит, делайте то, что сможете. И наблюдайте за ребенком, учитесь следовать за его интересами.

Когда-то давно я узнала про изучение математики по методике Глена Домана. Идея Домана состоит в том, что дети видят все точки, которые находятся в поле зрения. Например, если показать взрослому лист бумаги, на котором беспорядочно нарисовано тридцать точек, он невольно начнет их пересчитывать. Ребенку считать совершенно не нужно: он *просто видит все точки.* Поэтому, если мы сообщим ему, что это тридцать, он просто поймет и запомнит, как называется такое

количество. Одним словом, чудесная идея – ребенок учится понимать количество, у него развивается память, внимание, концентрация, происходит стимуляция мозговой деятельности. Вот я и подумала: «Почему бы не попробовать?..» Но мои попытки показывать точки старшей дочери не увенчались успехом – они просто были ей неинтересны, зато репродукци картин импрессионистов (которые мне самой очень нравились, и я решила показывать их по тому же принципу точек) она готова была смотреть и смотреть. С тех пор прошло 13 лет, дочь серьезно увлекается живописью, рисует и т. д. Так что всегда стоит присматриваться и прислушиваться к тому, чего хочет ребенок и что ему интересно.

Для малышей в этом возрасте абсолютно нормально все брать в рот, особенно это характерно для детей-кинестетиков, для которых ведущим каналом познания мира является тело целиком (движение, восприятие запахов, облизывание и пр.).

Возможно, и ваш малыш именно такой. Не исключайте «опасные» игры – с крупой или мелкими предметами, ведь таким детям они особенно необходимы. Просто с ними всегда нужно быть начеку, не оставлять в одиночестве. Можно попробовать перейти на более мелкую крупу, например пшено, его сложнее поедать, зато ручку оно массирует просто прекрасно. И не беспокойтесь о не-стерильности окружающей среды, помните, что

«каждая пылинка – витаминка», бойтесь лишь химикатов. Нанизывайте и крупные предметы (сейчас продаются специальные шнурки с деревянными «иголками» и деревянные бусины разной формы) или шнуруйте настоящий ботиночек (некоторым детям это нравится гораздо больше). Если вам страшно, предварительно все помойте.

Детские игры в этом возрасте могут быть трех типов: игра-исследование, игра-конструирование и ролевая игра. Наиболее важна, на мой взгляд, игра-исследование, когда ребенок ломает, вскрывает, разделяет на составные части разные предметы. Дети не могут быть равнодушными к вещам, которые они видят, какая-то беспокойная потребность взять предмет в руки и заняться «исследованием» владеет ребенком. Но эти так называемые деструктивные игры – не стремление портить вещи, это жажда познания, ребенок хочет проникнуть в скрытый «механизм» вещей, в их внутреннее строение. Основатель фирмы «Сони» Масару Ибука вспоминает, как в детстве разобрал дедушкин будильник. Он собрал его, но часть деталей оказалась лишней, будильник же перестал ходить. Дедушка не стал ругать мальчика, но купил еще один будильник. На этот раз осталось существенно меньше лишних деталей, хотя будильник все еще не шел. И лишь когда дедушка молча купил третий будильник, мальчик смог разобраться в хитросплетениях механизма, совладать с непослушными инструментами (отверткой и т. д.) и собрать работающие часы.

Возраст после года – колыбель подобного познания. Не ограничивайте ребенка, позвольте ему познавать, не развлекайте его постоянно, боже упаси, но предоставьте пищу для исследования и творчества. Малыш бросает предметы, наблюдает, как из бутылочки, погруженной в воду, выходят пузырьки, пытается поймать рукой струю воды, открывает и закрывает дверь, пробует протолкнуть больший предмет в меньший и т. д. Он познает законы Вселенной.

Научите ребенка строить из кубиков, коробок и других материалов башенки, домики и пр. Любой строительный материал будет полезен, если кроха умеет пользоваться им. Сначала стоит вместе с малышом разобрать каждую деталь набора, называя ее, характеризуя размер, форму. Далее необходимо познакомить его с назначением деталей, показать, какие из них лучше подойдут для сооружения одних частей постройки, какие – для других, в каких сочетаниях используют детали различной формы. После этого рекомендуется продемонстрировать, как построить домик, гараж, изгородь и другие сооружения.

Играйте с ребенком в ролевые игры. Научите катать, кормить, укладывать спать кукол, перевозить что-то на машинках и в тележках, причесывать и лечить зверей, покупать и продавать что-то в импровизированном магазине.

Кроме того, познакомьте малыша с миром культуры и миром природы. Слушайте и «разгадывайте» вместе с ребенком музыку, причем не только классические произведения, но и «музыку» окружающего мира, например журчание ручья, пение птиц, шум моря и т. п. Разучивайте мелодии и песенки, часто повторяя их. Чтобы повторение не было скучным, можно петь по-разному: отхлопывая мотив, танцуя, сидя, стоя, громко, тихо, вместе с собачкой, зайцем, весело, грустно, взявшись за руки и т. д.

Если у вас до сих пор нет, обязательно купите игрушечные музыкальные инструменты: маракасы, барабанчик, металлофон, колокольчик и пр. Танцуйте и играйте на инструментах, слушая разные отрывки.

Сделайте (или купите) рамки-вкладыши. Это могут быть двухслойные картонные карточки с рельефным окошком какой-нибудь геометрической фигуры (круга, квадрата, треугольника), которое вырезается на верхнем слое картона. Фигура должна вкладываться в окошко и выниматься из него легко. Если малыш выбрал не ту фигуру, позвольте ему убедиться в этом – пусть попытается закрыть окошко.

Купите пальчиковые игрушки или игрушки на руку, от лица которых можно говорить с ребенком или рассказывать сказку. Можно сделать пальчиковых кукол – зверюшек или членов семьи – самостоятельно: от старых перчаток отрезать «пальцы», нарисовать глаза, нос, уши, рот, приклеить волосы из поролона, ниток, бумаги.

Купите сортер – игрушку с отверстиями, в которые нужно толкать-вставлять разные фигуры. Можно сделать ее из банки с пластиковой крышкой или из картонной коробки из-под обуви: прорезать отверстие и подобрать нужную фигурку (шарик, кубик) или сделать щель, в которую можно проталкивать монеты или крупные пуговицы.

Играйте с большими и маленькими игрушками, которые можно сравнивать. Покажите большого и маленького зайчика (шарики, кубики, грибочки), сложите большие предметы в большую коробку, а маленькие – в маленькую.

Устройте «домик» – под столом, из коробок или в палатке, прячьтесь там вместе с ребенком. Играйте в прятки и догонялки, а также в прыгалки, бегалки, «искалки» и «пролезалки».

Несколько минут в день показывайте ребенку слайды или картинки. Это могут быть изображения животных, различных

предметов, картины художников. Называйте, что изображено на картинке, озвучивайте: «Ой, это собака, она лает. Ой, где собака? Спряталась в будке. Давай-ка найдем, где ее домик. Ав-ав!» Можно показывать и маленькие видеоролики, а потом изображать и инсценировать увиденное. Например, посмотрели взлет самолета (или увидели самолет во время путешествия), а затем изображаем, как летает самолет, как он гудит, запускаем бумажный или игрушечный самолетик, рассматриваем его на картинке, ищем в книгах и пр.

С книгами нельзя просто играть! Книги малыши должны рассматривать вместе со взрослыми, которые показывают картинки и демонстрируют бережное отношение к ним.

Научите ребенка взаимодействовать с бумагой. Ее можно рвать, скатывать в шарики и даже резать под присмотром взрослых безопасными ножницами.

Лепите из теста или пластилина. Для лепки используйте только безопасное тесто. Его рецепт: мука, соль, вода, немного растительного масла. Можно добавить пищевой краситель, хорошо размесить. Оно слишком соленое, чтобы ребенок захотел его съесть, пластичное, фигурки быстро застывают, потом их можно еще и раскрашивать. Из такого теста можно не только лепить, но и вырезать ножиком или с помощью специальных формочек. Фигурки можно украшать макаронами, зернышками,

пуговицами, ракушками и т. п. Хорошо зарекомендовал себя также испанский пластилин, нетоксичный и очень мягкий. Есть сейчас и специальный съедобный пластилин.

Раза два в неделю рисуйте пальчиковыми красками, научите ребенка смешивать цвета. Можно рисовать и восковыми мелками, делать отпечатки губками и другими предметами, брызгать краской, комбинировать разные техники.

Научите детей подбирать фигурку к ее изображению, например к картинкам с изображением кубика, шарика, животных, овощей или фруктов (желательно что-то одно) соответствующие предметы. Разрежьте картинку с изображением чего-либо пополам, поищите с ребенком потерянную половинку (например: «Чей это хвостик – петушка, собаки или лисы?»). Подберите картинки, на которых изображены мамы и детеныши (слон и слоненок, кошка и котенок и т. д.), а еще лучше – вся «семья», например петух, курица и цыпленок.

Собирайте и разбирайте матрешки, пирамидки, стаканчики и т. п. Прячьте игрушки – в коробку, пеленку, под подушку и т. д.

Предложите ребенку помыть или подмести пол, протереть пыль, помыть посуду, куклу. Покажите, как нужно стирать по-настоящему: намыливать, полоскать, отжимать, встряхивать и развешивать. В наш век автоматической стирки большинство детей этого никогда не видели. Если вы натянете на уровне ребенка веревочку и дадите прищепки, восторгу не будет конца. Веревку (шнурок) можно привязать к двум стульям.

В общем, диапазон занятий на втором году жизни огромный, с ребенком становится все интереснее и интереснее. И если вы поспешите направить его энергию в позитивное, созидательное русло, то он не будет все громить и ломать в доме. А если уж что-то разбирает, не спешите его ругать, лучше предоставьте то, что можно с пользой разбирать и собирать.

Совершенствуем движения

Малыш, переступивший рубеж первого года, уже многое умеет. Он постоянно находится в движении, это его естественная потребность. Однако движения крохи еще неуверенны и в основном неловки. Поэтому детям второго года жизни следует помочь в расширении и совершенствовании их двигательных возможностей, освоении более сложных движений, умении выполнять их быстро и четко.

Первое, что необходимо, – отказаться от постоянного одергивания малыша, не ограничивать его стремление к

постоянному перемещению, не мешать выполнению того, что ребенок хочет предпринять в данный момент. Если задуманное им действие может грозить какой-либо опасностью, нужно помочь малышу избежать ее.

Ребенок уже умеет ходить, но и эти навыки требуют совершенствования. Необходимо научить его подниматься на возвышение и спускаться с него, взбираться на ступеньки, спускаться с них, ходить по доске или мостику, краю тротуара или другой ограниченной поверхности, перешагивать через невысокое препятствие и, конечно, бегать. При освоении этих действий следует, если нужно, помочь малышу, поддержать его и подстраховать. Передвижение по неровностям почвы, преодоление препятствий (бугорков, ямок, густой травы и т. п.) содействуют развитию координации движений, укрепляют чувство уверенности при ходьбе. Нужно также потренировать ребенка в ходьбе по наклонной поверхности (с горки и на горку).

И помните, что только при хождении босиком развиваются мышцы стопы. Подошвенная поверхность стопы, контактирующая с полом, чутко реагирует на характер поверхности, и именно в эти моменты происходит напряжение маленьких мышц, которые участвуют в формировании так называемых сводов стопы.

Если кроха упал или слегка ушибся, не стоит демонстрировать испуг или кричать. Надо предоставить ему возможность встать самому или слегка помочь. Можно еще и подбодрить ребенка: «Упал? Вставай скорее, бывает». Ему это пойдет на пользу, во-первых, потому, что усилия, предпринятые для того чтобы встать, укрепляют мышцы, а во-вторых, малыш приобретает опыт: в другой раз он постарается обойти это место или пройти его более аккуратно (это зависит от его темперамента и характера).

Многие полезные движения, особенно кистей и пальцев, развиваются при лазании. Поэтому ребенка, стремящегося куда-нибудь залезть, перелезть, тоже нужно страховать и поддерживать. Еще раз повторюсь: дома должен быть «разумный» спорткомплекс, чтобы малышу было куда лезть и на чем подтягиваться.

Для развития координации движений ног и рук необходимо иметь набор игрушек, которые ребенок мог бы переносить в руках: крупные мягкие игрушечные животные, куклы, мячи, корзинки, ведра, мешочки, бутыли из-под воды или с некоторым количеством воды и др. После года нужно предложить малышу машинки и игрушки, которые можно возить за веревочку, а также игрушки, коляски, тележки и пр., которые нужно толкать вперед.

Понравятся ребенку машинки, на которых можно кататься,

отталкиваясь от земли, электромобили, а также лошадки-качалки. А на качелях отлично развивается вестибулярный аппарат, причем дома хорошо бы иметь качели разного типа: дощечку на веревках, на которой придется учиться удерживать равновесие, и качели, которые можно раскручивать по кругу.

Научите кроху играть с мячом – толкать его, бросать, ловить и т. д. При этом у ребенка совершенствуются ловкость, глазомер, координация движений. Предложив малышу предмет для метания или мяч, нужно показать, что с ним можно делать и как лучше и удобнее его использовать, вместе поиграть, предложить посоревноваться.

Содействуют развитию движений самокаты, трехколесный велосипед, беговел. Самокат не только повышает двигательную активность детей, вырабатывает осанку, но и служит прекрасным развлечением. При катании ребенок держится за руль, одну ногу ставит на платформу, другой отталкивается от земли. Чтобы физическая нагрузка распределялась равномерно, ноги следует поочередно менять местами. Самокат необходимо подбирать в соответствии с ростом малыша.

Катание на велосипеде и беговеле укрепляет мышцы, тренирует равновесие. Велосипед можно купить универсальный – с ручкой для взрослого, тогда он на некоторых прогулках будет заменять коляску (вы сможете довозить на нем малыша до игровой площадки). Ручку и подножку можно будет снять, когда ребенок будет готов ездить самостоятельно, а вначале предлагайте поставить ножки на педали, толкайте велосипед и просите ребенка крутить – пусть привыкает к этим ощущениям. Седло обычно закрепляется так, чтобы малыш не сильно наклонялся. Расстояние от руля до сиденья не должно превышать 16–17 см, а от сиденья до опущенной вниз педали должно соответствовать длине голени со стопой. Через каждые 15–20 минут целесообразно устраивать перерывы в катании на велосипеде, чтобы ребенок мог побегать, попрыгать, поиграть с мячом.

В зимнее время для развития движений во время прогулки полезно взять с собой лопату, чтобы бросать ею снег, расчищать дорожку, делать горку. Пусть кроха иногда сам тянет санки, а потом его можно покатать, съехать вместе с ним с горочки. Очень понравятся малышу клюшка и шайба. И не забудьте про маленькие лыжи, если ребенок двигается уверенно.

Смелым родителям стоит обзавестись роликами (существуют специальные четырехколесные ролики, очень устойчивые, некоторые дети осваивают их почти одновременно с ходьбой).

И наконец, если вы еще не начали с малышом плавать,

сделайте это как можно скорее. Попытайтесь научить ребенка нырять, ведь в этом возрасте дети не могут держаться на воде, зато свободно плавают под водой, довольно долго, когда научатся выныривать, для того чтобы сделать вдох.

Не огорчайтесь, если ваш ребенок в силу темперамента и других личных особенностей не любит двигаться, тем не менее стимулируйте его. Ведь хорошее освоение различных видов движения важно для общего развития малыша. Движение делает ребенка здоровым и сильным и в этом возрасте напрямую связано с интеллектуальным развитием.

Итак, со всеми повседневными трудностями справляться нелегко, но не отчаивайтесь. Пробуйте и выбирайте именно то, что подходит вам и вашему ребенку, ведь не проверенные на собственном опыте советы остаются лишь информацией.

Часть 4
Развитие речи. Как не упустить момент?

Становление речи и причины отставания

Речь начинает развиваться задолго до того момента, как ребенок произносит первые слова. Более того, первые 50 слов кроха понимает примерно на пять месяцев раньше, чем сможет их произнести. Поэтому важно заняться обогащением словарного запаса (пусть пока пассивного, непроизносимого) как можно раньше. Вы правильно делали на первом году, если много разговаривали с малышом, читали ему книжки, развивали его музыкальные способности, а также массировали ему ладошки. Эти занятия не оставляйте ни в коем случае, продолжайте.

На втором году жизни процесс развития речи идет очень бурно. И большинство детей начинают не только понимать, но и говорить. Только не стоит забывать о том, что у всех свои темпы освоения языка. Ведь речь – это и словарный запас, и грамматика, и понимание обращенной к малышу речи, и коммуникативные способности ребенка вообще.

Кто-то преуспевает в одном, а в другом запаздывает.

Смотрите на ребенка в целом, вписывая его в какие бы то ни было нормы, оценивайте не только словарный запас.

Становление речи проходит в два этапа – до-словесный и словесный.

I. К дословесному этапу (довербальному, до-речевому, предречевому), который длится от рождения до первых слов, относятся:

– крики, плач;

– гуление (гы-агу-агу-га);

– свирель (певучее гуление, иногда с добавлением грассирующего [р]);

– лепет (около полугода малыш начинает произносить всевозможные звуки и слоги: ба-ла-тр-р и пр.). Делает он это абсолютно непроизвольно, не соотнося звучание с предметами и явлениями, хотя некоторые родители считают, что их ребенок заговорил. Это ошибочное мнение, кроха всего лишь тренирует речевой аппарат и готовится к произнесению настоящих слов. Параллельно он оттачивает и слух, потому что к восьми-девяти месяцам в его лепете начинают преобладать звуки именно родного языка (или языков, когда их несколько);

– жесты и мимика. Не зря принято учить детей делать «ладушки», «пока-пока» и пр. Жест – это уже знаковое общение, ребенок устанавливает связь между смыслом и «названием».

II. Словесный (вербальный, речевой) этап начинается после произнесения первого слова (поэтому-то первого слова все

так ждут, это переход, «прорыв»). Первое слово отличается от лепета тем, что имеет закрепленный смысл и постоянную звуковую оболочку, хотя сами звуковые оболочки могут быть несовершенны (например, вместо «ворона» ребенок скажет «кай», вместо «поросенок» – «ху»). Этот этап делится на несколько периодов.

1. *Период однословных высказываний (первых слов, голофраз, холофраз).*

В этот период каждое слово как бы немного шире такого же слова во взрослом языке. Когда ребенок говорит «папа» про пришедшего с работы папу или про папу, который забивает гвоздь, он объединает в этом слове всю ситуацию, обозначая не только папу, но и то, что происходит в данной ситуации. Когда малыш говорит «папа», указывая на отцовский ботинок или цветы, которые папа подарил маме, не спешите его поправить. Дело, конечно, не в том, что он думает, будто цветы – это то же самое, что папа, просто ребенок пытается выразить общую идею данной ситуации. Вместо «Да ты что, какой же это папа?» лучше скажите ему в ответ: «Правильно, это папины ботинки», «Правильно, папа цветы купил».

Значение каждого слова осваивается постепенно, поэтому в детской речи на этом этапе распространено явление сверхгенерализации, сверхобобщения, когда «кай» обозначает не только ворону, но и других птиц, а также парящий листик дерева. Малышу вообще непросто разобраться в категориях и явлениях. Те же собачки такие разные – маленькие и большие, лохматые и гладкие, на длинных ножках и на коротких. Каждый раз ребенку нужно выделять какие-то основные признаки, по которым объединяются явления или предметы. Вы можете помочь ему в этом. Рассматривайте вместе детские энциклопедии, где есть фотографии и красочные картинки. Приобретите «тематические» наборы: животные Африки, рыбы, фигурки домашних животных, посуда и пр. Не перемешивайте их, а играйте с каждым набором отдельно.

Ни в коем случае не нужно бояться говорить с ребенком на так называемом «языке нянь» – упрощенном для незрелого речевого аппарата языке (ням-ням, ав-ав, бай-бай). Многие родители стараются не употреблять эти «бабушкины» словечки, чтобы не затормозить речевое развитие малыша. На практике же получается все наоборот: гораздо сложнее «прорваться» ребенку, с которым так не говорят. Эти лепетные звукоподражательные слова специально приспособлены и адаптированы для легкого произнесения. Нужно их произносить параллельно с обычными словами: «Будем спать, будем бай-бай». Малыш сам выберет, что

для него уже доступно. Кстати, «мама», «дядя» и т. п. тоже «родом оттуда» – они уже приспособлены, ведь повторяющиеся слоги произносить проще, в речевом аппарате не нужны дополнительные перестройки. При подсчете количества слов в репертуаре ребенка смело считайте их словами: малыш трудится по-настоящему.

В начальном лексиконе есть и так называемые «застывшие фразы» («формулы»). Это выражения из нескольких слов, которые ребенок воспринимает и воспроизводит как одно слово, например: «ка ку» – «как вкусно», «то та» – «кто там». Если в речи вашего крохи есть такие, это не значит, что он строит уже целые предложения, для него это одно слово. Учтите это при подсчетах.

Из-за несовершенства артикуляционных навыков ребенка в его речи могут сосуществовать варианты одного слова, например: «сясь/ща» – «сейчас», «дик/дика» – «дырка» и т. д. Это одно и то же слово. А может быть и несколько слов с разными значениями, но одинаково произносимых (омофонов), «го» – «горячо», «лошадка»; «си» – «сыр», «сесть»; «ка» – «уточка», «ворона», «каша». Это как раз несколько слов.

Пассивный словарь растет плавно, а вот активный постепенно пополняется до двадцати одного месяца (по 6–7 новых слов в месяц), а после этого у большинства (но не у всех!) детей наблюдается быстрое его увеличение. Это обычно совпадает с началом нового периода – двухсловных предложений (двухкомпонентных высказываний), когда ребенок говорит, например: «мама ля-ля» – «мама поет», «дида бай» – «дед спит».

Что касается «поздноговорящих» детей, для них сроки, конечно, сдвинуты. И если свои первые слова они начинают произносить ближе к двум годам, тогда и период двухсловных высказываний наступит позже. В любом *случае,* если ваш ребенок задерживается с произнесением первых слов (в норме они появляются около года), нужно попытаться выяснить причины.

Во-первых, расспросить родственников. Возможно, ваш муж, его братья и сестры, а также дедушка и т. д. заговорили достаточно поздно (после двух, ближе к трем, например). Тогда вы имеете право выдохнуть и просто заниматься с ребенком, помогать ему копить пассивный словарный запас, развивать подражательные способности и ждать. Малыш, скорее всего, заговорит так же поздно.

Во-вторых, нужно показать ребенка хорошему остеопату. Вторая самая распространенная причина задержки речевого развития – нарушенное кровообращение в головном мозге, последствия родовой травмы и гипоксии. (Ее зачастую вообще не считают диагнозом, при этом травмированы почти сто процентов

кесарских детей, деток с обвитием пуповины, после стремительных родов и не только.) В группу риска попадают также дети, которые падали, например, с дивана в младенческом возрасте и недоношенные малыши.

Я вообще против слишком агрессивного вмешательства, но, выслушав однажды историю недоношенного, с родовой травмой двухлетнего малыша (невропатолог вопреки обыкновению предлагал его маме просто ждать), сказала: «Немедленно на уколы!» Через 10 дней ребенок сказал первые три слова. У детей до трех лет уникальные компенсаторные возможности, но иногда им нужна помощь, до года и в год еще можно обойтись остеопатом, но если вы спохватились только в два, этого может оказаться недостаточно.

В-третьих, исключите общую задержку в развитии малыша – не только психическую, но и физическую (различные заболевания эндокринной системы, а также агрессивное воздействие прививок на незрелую нервную систему, например, у недоношенных детей). Всегда развивайте и закаляйте ребенка в целом, а лучше везите его дышать морским воздухом. Помните, что у малышей все сферы развития переплетены очень тесно.

В двух последних случаях одним только развитием мелкой моторики и музыкального слуха у ребенка не обойдешься – потребуется грамотное вмешательство, вплоть до таблеток и уколов.

2. *Период двухсловных высказываний* (в норме он начинается примерно в 1 год 8 месяцев).

Сначала этот период дограмматический (в речи ребенка отсутствует грамматика, он говорит: «носок снять», «еще молоко», «папе чай» и т. п.). Но уже в это время отмечается определенный порядок слов. Например, малыш никогда не скажет: «Собака смотри», а только: «Смотри собака». Он уже проделал огромный путь.

Так же как и с характером, различны темпы усвоения языка (в зависимости от наследственности, условий протекания беременности, родов, пола ребенка, уровня стресса и т. д.). Есть и доля нашего участия в этом процессе. А в результате – разница в наборе того же словарного запаса колоссальная. Это иллюстрирует таблица освоения слов Е. А. Аркин:

Возраст	Максимум	Минимум
1 год – 1 год 2 мес.	58	3
1 год 3 мес. – 1 год 5 мес.	232	4
1 год 6 мес. – 1 год 8 мес.	383	27
1 год 9 мес. – 1 год 11 мес.	707	44
2 года – 2 года 2 мес.	1227	55
2 года 3 мес. – 2 год 6 мес.	1509	171
3 года – 4 года	2346	598

Обратите внимание, как по-разному растет словарь ребенка по нижней и по верхней границам – очень медленно, когда слов мало, и огромными скачками, если ребенок уже «прорвался».

О чем стоит беспокоиться?

Необходимо вмешательство специалистов, если:

– ребенок не стремится вступать в контакт с близкими взрослыми, не смотрит в глаза, когда вы к нему обращаетесь;

– не пытается повторять за вами звуки или жесты во время игр;

– к концу 12-го месяца не может произнести ни слова, не может выполнить простейшие просьбы, не прислушивается к музыке;

– к концу 18-го месяца не может употреблять слова «мама» или «папа» в соответствии с ситуацией;

– к концу 20-го месяца не может произнести 5–6 осмысленных слов;

– к концу 24-го месяца не может показать части тела, которые ему называет взрослый;

– не использует в общении жесты, заменяющие слова;

– вам кажется, что ребенок плохо слышит;

– ребенок испытывает проблемы во время еды: не любит жевать твердую пищу, с трудом проглатывает (давится), часто наблюдается активное слюноотделение.

Необходимо обратить внимание и на язычок малыша. Иногда он слишком бледный, вялый, из-за того что недостаточно снабжается кровью, или синюшный, когда кровь застаивается в языке. Бывает, что язык напоминает географическую карту (его поверхность покрыта разводами белого, бурого и розового цвета, что очень похоже на очертания материков на карте). При этом поверхность языка выглядит блестящей, словно отполированной, на ней мало вкусовых сосочков. Чувствительность такого языка недостаточна, а подвижность существенно ограничена. Если вы увидели нечто подобное у своего ребенка, обязательно покажите его эндокринологу.

Если язык рыхлый, ребенку трудно заставить его принять нужное положение, когда же это удается, язык как бы «застревает» и не может перейти в следующую позицию. Речь при этом – «словно каша во рту».

Иногда поверхность языка испещрена глубокими бороздками и морщинами (ребенок при этом ощущает болезненную сухость во рту). Такие особенности могут быть связаны с нарушениями в эндокринной или нервной системе.

Язык может быть слишком большой (с гипертрофированной мышечной массой, как бы «не помещается» во рту) или слишком маленький (явление микроглоссии).

Подъязычная уздечка (пленочка, связка под языком) у одних детей может быть тонкой и прозрачной, у других – плотной и массивной. Размеры и строение уздечки очень индивидуальны.

Существует понятие «короткая уздечка». Иногда эта связка бывает настолько короткой, что малыш практически не может приподнять язык вверх. Это мешает правильному захвату груди, в такой ситуации ее обычно подрезают еще в роддоме. Но если уздечка коротковата, но не мешает малышу есть, не спешите ее подрезать. Попробуйте ее растянуть к тому времени, когда она «понадобится», чтобы произносить некоторые звуки, такие, как [р], например. Вообще не стоит, на мой взгляд, спешить со скальпелем, если ничего не угрожает ребенку.

Когда ребенок захватывает грудь и активно сосет, уздечка понемногу растягивается, поэтому кормить грудью такого малыша нужно как можно дольше. Потом можно играть в интересную игру: малыш поднимает язычок вверх перед зеркалом и гудит, а мама чистым пальчиком играет на «балалаечке» – на подъязычной уздечке. Ребенку смешно и немного щекотно. Об артикуляционных упражнениях я скажу ниже. Но запомните: высовывать язычок как можно дальше очень полезно!

О чем не стоит беспокоиться?

Как правило, всем детям до трех лет плохо даются:

– безошибочное употребление местоимений, рода, времени. У родителей всегда возникают вопросы, особенно у пап: «Почему мой сын говорит о себе в женском роде: я пошла, я взяла?» Один папа даже поделился своими опасениями: «Может, мой сын голубой?» И смешно, и грустно. Такое употребление связано только с тем, что ребенок много времени проводит с мамой, бабушкой, няней и слышит такие формы часто. Папе нужно больше времени проводить с малышом, разговаривать. Тогда все пройдет;

– некоторые словообразовательные модели (покупатель – покупец, продавец – продаватель);

– изменение глаголов (писаю, рисоваю);

– сложные вопросы: почему? когда?

Используйте повторные вопросы и утверждения, если хотите «поправить» малыша и помочь закрепить правильное произнесение какого-то слова, фразы, подсказать ему какую-то форму и т. д. Например, ребенок говорит: «Хуша ху-ху», мама в таком случае должна переспросить его, перестраивая фразу нормативным образом: «Хрюша (поросенок) хрю-хрю?» Цель повторного вопроса не в уточнении информации, а в отработке способа языкового выражения. Мама спрашивает: «Что зайка делает?» Даже если ребенок почти правильно отвечает: «Пыгает», нужно переспросить: «Прыгает? Правильно, прыгает», чтобы повторить, уточнить и закрепить правильную форму слова.

Произносите правильную форму, особенно если ребенок произнес слово впервые. Дети часто повторяют слово много раз, пока не услышат подтверждения взрослых. Малыш тычет пальчиком в картинку медведя: «Ми-ми!» – «Правильно, это мишка». Ребенок настойчиво побуждает поставлять все новые и новые единицы и проверять правильность словоформ. Он нуждается в таком «обучении».

Исправляйте малыша косвенно, используйте те же вопросы. Например, ребенок говорит: «Я рисоваю», отвечайте: «Рисуешь? Я тоже рисую».

Поставляйте новые формы: «Бабушка тоже рисует иногда, а кошка не рисует, только люди умеют рисовать».

Используйте **«трехступенчатый урок»,** если хотите чему-то научить малыша: сначала объясните или назовите то, что он должен запомнить (например, кошка мяукает, медведь ревет, мальчик играет на дудочке), потом спросите, кто ревет, а кто

играет на дудочке. Если ребенок ответил правильно, переходите на третью ступень, спросите, что делает кошка, что – мальчик, а если нет, вернитесь на первую – снова назовите действия.

Делайте уроки наглядными: если нет игрушек или настоящих предметов, используйте картинки, фотографии и т. п. Используйте повседневные занятия, например во время приготовления обеда покажите, какие есть овощи и фрукты, как вы их моете, режете и т. д.

Играйте в «продолжалки»: читая или рассказывая знакомые сказки, стихи, приучите малыша заканчивать фразу, строку, тренируйте память.

Разные стратегии в освоении языка – мальчики и девочки

То, что дети используют разные стратегии, осваивая язык, впервые заметила американская исследовательница К. Нельсон, которая проанализировала первые 50 слов, усвоенных разными детьми. И что же оказалось? Всех малышей можно было разделить на две группы – референциальные (аналитики, которые видят все составляющие, детали) и экспрессивные (гештальтники, от слова «гештальт» – образ, форма, нечто целое).

Дети с аналитическим типом развития идут от отдельных слов к словосочетаниям, а затем к грамматически оформленному высказыванию, в их лексиконе в основном предметные слова (существительные), они увлечены наклеиванием ярлыков на разные предметы (в хорошем смысле), называнием того, что их окружает. Такой ребенок называет предметы, его любимый жест указательный, он постоянно требует, чтобы ему называли и показывали, как что называется. Его путь – путь постепенного усложнения. Например, сначала он может назвать кошку «ки», потом, освоив другие звуки, – «китя», потом «китя патет» (кошка плачет – мяукает) и дальше все сложнее и сложнее.

Экспрессивные дети стремятся использовать язык не для обозначения окружающей действительности, а для регуляции собственной деятельности и установления контакта с окружающими. Для них важнее ритмический строй речи. Если какое-то слово недоступно артикуляционно, например малыш не может произнести слово «собака», его это не смутит – он скажет «какака», сохранив ударение, ритмический контур слова, а кошку уж наверняка не назовет «ки». В начальном словаре таких детей не только существительные, но и слова самых разных лексических групп, много застывших фраз (это несколько слов, но ребенок воспринимает их как нечто целое, например «какуся» – как вкусно).

Такие дети строят нерасчлененный текст или предложение, в котором, может быть, нет пока ни одного слова. Выглядит это как непонятное бормотание, имеющее интонацию речи. Постепенно малыш встраивает в него те слова, которые он научился произносить. Ритм и музыка слов оказываются важнее, чем точность воспроизведения звуков. Такой ребенок идет от развернутого высказывания к отдельному слову.

Референциальные дети, как правило, опережают по темпам роста словаря, зато экспрессивные больше способны к имитации

(звукоподражанию, повторению за вами разных слов и звуков).

Понаблюдайте за своим ребенком – заведите речевой дневник, куда вы будете заносить все, что он бормочет, в каких ситуациях, с какой целью (вместо обычной даты отмечайте возраст ребенка, например: 01.02.15. – один год, два месяца и пятнадцать дней). Такой дневник может быть полезен и ученым, ведь индивидуальные стратегии в освоении детьми языка исследованы далеко не полностью, и повеселит вашего малыша, когда он станет взрослым.

Определить, к какому типу относится ваш ребенок, помогут следующие параметры (цитируется по книге С. Н. Цейтлин «Язык и ребенок»):

ПЕРВЫЙ ТИП	ВТОРОЙ ТИП
Высокий процент существительных	Низкий процент существительных среди первых 50 слов
Имитация существительных	Имитация всех слов

Употребление только слов, имеющих смысл	Употребление и бессмысленных слов
Использование прилагательных	Отсутствие прилагательных в лексиконе
Быстрый рост словаря	Медленный рост словаря
Долгое использование неизменяемых слов	Раннее изменение слов
Долгое обозначение себя в третьем лице	Раннее употребление «я» (о себе)
Отсутствие замороженных фраз	Наличие «замороженных фраз»
Имитации меньше, чем говорения	Имитации больше, чем говорения
Употребление больше повествовательных предложений, чем побудительных	Употребление больше повелительных предложений, чем повествовательных

Примечание: Замечено, что референциальными чаще всего бывают девочки, экспрессивными – мальчики.

Что касается различий между мальчиками и девочками, оказывается, у мальчиков медленнее созревает левое полушарие (у большинства детей там как раз формируются центры речи), а значит, мальчишки действительно могут «тормозить», отставать на четыре – шесть месяцев. А у девочек левое полушарие созревает быстрее, поэтому лет до десяти они лучше решают логические задачи и превосходят мальчишек в речевых способностях. Но с возрастом у мужчин левое полушарие начинает лидировать, они обгоняют женщин, становятся более левополушарными.

Поскольку девочки начинают говорить раньше, у них все дальнейшее развитие проходит на фоне «оречевления» – одним словом, любят девочки поговорить, порассуждать. У мальчиков же

преобладает наглядно-образное мышление. Девочки в основном левополушарницы (с ведущими правым глазом, ухом, рукой), предпочитают «дробить», «анализировать» – они аналитики, а мальчики – правополушарники, гештальтники, они воспринимают мир целостно (среди мужчин больше левшей). Хотя исключения, конечно, бывают.

Ускоряем процесс?

Какие-то дети входят в язык быстрее, какие-то – медленнее. А родителям очень хочется, чтобы именно их ребенок заговорил как можно скорее. Какие же факторы определяют скорость вхождения в язык?

1. Биологические факторы (особенности беременности, родов и т. д., созревание отдельных частей мозга, от которых зависит развитие речи, нарушения кровообращения).

2. Тип функциональной межполушарной асимметрии (одно полушарие у нас преобладает, какое именно, можно определить по тому, какой рукой, глазом и ухом мы предпочитаем пользоваться во время простых тестов).

3. Пол ребенка (мальчики, как правило, позднее начинают говорить, хотя и не всегда; исключение – дети-аудиалы с врожденным музыкальным слухом).

4. Речевая среда, окружающая ребенка, складывается из нескольких составляющих:

• инпут – вся речевая продукция взрослых, которые окружают ребенка. Когда инпут беден, окружающие не строят с ребенком диалог, малыш испытывает депривацию, ему очень сложно анализировать речевой материал;

• сенсорный опыт. Некоторые дети испытывают «голод», или ограниченность практического опыта, когда у них недостаточно пищи для зрительных, слуховых и прочих анализаторов. Например, ребенок много времени проводит в ограниченном пространстве, манеже и т. д или ему все запрещено трогать и исследовать. Но надеюсь, от этого я вас уже отговорила в первых главах;

• речевое поведение матери. По наблюдениям специалистов, матерей можно поделить на два типа – с императивным и декларативным способом общения с ребенком. Первые в основном отдают указания, речь вторых насыщена вопросами и описаниями. Конечно, малышам вторых повезло больше. Влияет на развитие речи также использование/ неиспользование «языка нянь»;

• другие дети в семье. С одной стороны, у малышей есть мотивация общаться, когда рядом братья и сестры. С другой стороны, известен «эффект близнецов» или погодок – замедление речи, формирование своего, понятного лишь им двоим языка. Близнецы вполне довольствуются обществом

друг друга, часто изобретают собственную систему общения: взгляды, непонятные слова, жесты. Это все более и более

привязывает их друг к другу, а вот развитие речи запаздывает. Родители радуются: «Дети так хорошо играют друг с другом, так развлекают друг друга, мы им и не нужны». Но часто это мешает близнецам развиваться, получать свой жизненный опыт и становиться индивидуальностью. Получается замкнутый круг: чем больше дефицит внимания со стороны родителей и других детей, тем прочнее связь близнецов друг с другом, а чем теснее отношения детей, тем труднее в них вписаться взрослым… Научитесь разговаривать с каждым из близнецов по отдельности и с двумя вместе, общайтесь с детьми индивидуально и адресно! Не упускайте драгоценное время!

Ускоряют процесс овладения языком и делают его более эффективным следующие факторы:

1. Умение родителей правильно разговаривать и косвенно корректировать речь ребенка.

2. Психофизиологическое здоровье и общее когнитивное развитие ребенка (развитое мышление, умение обобщать, физическое здоровье).

3. Сформированность анатомических структур речевого тракта (зрелость артикуляционного аппарата).

4. Фонетический слух (и нормальный слух вообще).

5. Правильно развитое речевое дыхание, в частности умение ребенка плавно делать выдох.

6. Чувство ритма.

7. Богатый сенсорный опыт.

8. Развитая способность к подражанию. Ребенок еще до года пробует подражать каким-то движениям, потом имитирует звуки, которые издают животные, и, наконец, повторяет слова. Причем подражание звукам со временем «становится» словом (например, малыш подражает вороньему карканью, а потом «именует» ворону, увидев птицу в книжке, спокойно говорит: «кар»). Задача родителей – стимулировать этот талант крохи, целенаправленно прося его повторять за вами слова и движения. Особенно охотно дети подражают как раз в период от усвоения первых слов до перехода к многословным высказываниям (на втором году жизни), и это не случайно. Они ничего не повторяют автоматически, они очень строги в выборе материала для имитации, им интересно лишь то, что находится в данный момент в процессе освоения (например, те слова, в которых есть звук, который ребенок «тренирует»). Кроме того, способность к подражанию в речевой и в двигательной (моторной) сферах тесно связаны. Именно поэтому нужно побуждать малыша повторять вслед за взрослыми позы и движения в играх и потешках. В каждой семье вырабатывается набор ситуаций, которые

«представляются» ребенком по просьбе взрослого. Малыши изображают, как зайчик прыгает, как коровка мычит, как мама песенки поет и т. д., не говоря уже про традиционные «ладушки», «до свидания» и пр. Все это необходимая предпосылка для успешного развития навыков общения. Способность повторять, имитировать – это своего рода тест на выявление уровня речевой компетенции ребенка.

9. Хорошо развитая общая и мелкая моторика.

10. Мотивация (ребенку должно хотеться говорить, родители могут создавать мотивирующие ситуации, подталкивать его). Об этом я подробно написала в своей первой книге. Добавлю лишь то, что после года пора начинать «дружить» и общаться с другими детьми, взаимодействовать в коллективе.

11. Для детей-кинестетиков речь должна сочетаться с прикосновением или движением, даже читать стихи такому малышу лучше, поглаживая его или делая небольшую ритмическую зарядку.

12. Частое повторение отдельных слов, фраз, стихов и сказок.

13. Вовлеченность ребенка в процесс (большинство разговоров должно сопровождаться действиями малыша: «Дай ручку», «Принеси игрушку», «Покажи, где…»).

14. Эмоциональность и артистизм родителей.

15. Формирование базового доверия к миру и психологический комфорт ребенка в семье и социуме.

Попробуйте обеспечить хотя бы некоторые из перечисленных условий, и вы уже очень поможете своему малышу и с удивлением обнаружите, что «процесс пошел». В мозге существуют две зоны – моторная (область Вернике, которая отвечает за произнесение) и сенсорная (центр Брока, который отвечает за понимание) зоны речи.

Для развития понимания нужно совершенствовать речевой слух малыша, мышление, сенсорную память – на втором году жизни это поможет успешному развитию речи.

Для улучшения произнесения на втором году мы начнем делать артикуляционную гимнастику, развивать речевое дыхание, будем продолжать заниматься физическим развитием. Продолжим также развитие подражательных способностей и мелкой моторики крохи, с которыми тесно связано овладевание речью. Вот сколько работы! Но зато к трем годам, когда ребенка обычно смотрит логопед, у малыша не будет проблем. К слову сказать, в три-четыре года ребенок уже полностью овладевает родным языком, осваивает его грамматику и т. д. И изменить что-то уже не просто. Так что за дело!

Расширяем словарный запас

Любому человеку, говорящему на каком-то языке, нужен «строительный материал» – слова, из которых он будет строить фразы. Чем богаче словарь, тем больше возможностей для комбинации, а это залог успешного общения.

Общение с ребенком на втором году жизни можно и нужно совмещать с любым занятиями – прогулкой, обедом, игрой, купанием, одеванием. Не упускайте момент, когда кроха сосредатачивается на каком-то объекте, чтобы словесно его прокомментировать или хотя бы проверить наличие в лексиконе нужного слова.

Найдите время, чтобы говорить с малышом, обращаясь только к нему. Поверьте, он это оценит. *Ребенок слышит все,* в том числе как вы разговариваете между собой, что говорит продавщица в магазине, соседка и т. д., поэтому не удивляйтесь, если малыш повторит то, что он однажды услышал.

Но закрепится слово только в том случае, если станет «активным», часто слышимым (частота повторения при этом играет важную роль). Частотные слова быстрее попадают в активный словарь.

Называйте предметы и явления действительности. Называйте все, что попадается вам на глаза. Если едете в машине, можете дать ребенку задание называть то, что вы видите за окном, помогайте, если ему трудно справиться. Усложните задание, если малыш подрос: попросите называть, например, все зеленые предметы. Рассказывайте ребенку о животных и природе: кто что ест, где живет, кто его детеныш, как разговаривает и т. д., называйте продукты, части тела, одежду и т. п.

Вводите новые слова. Делайте это через «трехступенчатый урок»: сначала объясните, что это такое (например, три игрушки: собака, кошка, медведь), потом спросите, где находится (например: «Где кошка, а где медведь?»), если ребенок ответил правильно, переходите на третью ступень: «Это кто?», а если нет, вернитесь на первую, снова объясните, кто есть кто. Чем более наглядны ваши «уроки», тем лучше.

Учите ребенка обобщать. В течение какого-то времени все слова используются малышом как имена собственные. Например, мячик для него – это именно конкретный маленький синенький мячик, а не мячик вообще, а киса – это только его плюшевый игрушечный котенок. При осмыслении значений слов у ребенка много трудностей: незрелому уму не так легко классифицировать предметы и явления. Мы о таких вещах просто не задумываемся,

кошку с собакой не перепутаем, и наличие пяти одинаковых мячиков не поставит нас в тупик. Помогайте малышу разобраться: показывайте разные мячики или зайчиков, описывайте их свойства («Этот большой, этот маленький, этот зеленый»), сравнивайте, рассказывайте. Купите детскую энциклопедию, показывайте в ней изображения разных пород собак и т. д. Разбирая покупки, раскладывая фрукты и овощи, называйте: «Это фрукты: яблоки, груши, апельсин, банан, а это овощи: морковь, лук, картошка». Обобщающее слово очень важно. На прогулке покажите транспорт, в зоопарке – животных и пр. Используйте карточки – смешивайте их и просите выбрать только птиц (ягоды, мебель, одежду и т. д.).

Читайте и разыгрывайте сказки. В сказках встречаются архаизмы и историзмы: старче, светелка, кичка, царские палаты, песнь, брег, чредой, лобызать, принцесса, лучина и много других; слова просторечные и диалектные: простофиля, надобно, пуще, кабы, шнырять, пособи и т. д. В сказках перечисляются, например, предметы обихода и кухонная утварь: сито, корыто, кадушка, ушат, скалка («Федорино горе»), глаголы, обозначающие различные голоса животных (звукоподражательные): мяукать, хрюкать, квакать, мычать, реветь, чирикать, мурлыкать, ржать, жужжать («Путаница») и многое другое. Когда они стоят в «одном ряду», ребенку легче разобраться. Есть в сказках и сравнения: «Но, как черная железная нога, побежала, поскакала кочерга» («Федорино горе»); «заревел медведь белугой» («Терем-теремок»); «нежная и ясная, как прекрасный розовый лепесток» («Дюймовочка») и др., множество фразеологизмов: «впредь тебе наука», «говорят тебе честью» («Сказка о рыбаке и рыбке»), «уму-разуму учить», «припустил во все лопатки» («Теремок»).

Водите ребенка в музей. Позитивные эмоции, связанные с искусством, формируют и обогащают словарный запас детей. В музее можно показать предметы искусства, материалы (мрамор, бронза, дерево, фарфор и т. д.), рассказать об основных видах искусства (живопись, архитектура, скульптура, графика, декоративно-прикладное искусство и т. д.), костюмах, музыкальных инструментах, о красоте (удивительный, восхитительный, обворожительный, чудесный…).

Осваиваем грамматику

Склоняйте и спрягайте. Например, найдите красные предметы и назовите их вместе: «Красная шапка, красный шар, красное яблоко и т. д.». Посчитайте деревья: «Одно дерево, два дерева, десять деревьев» – или фрукты: «У меня один банан, а у тебя два банана». Комментируйте свою игру: «Я сплю, куколка спит. А ты спишь?»

Спрашивайте: «Что я делаю? Что ты делаешь? Что папа делает?» Помогайте отвечать.

Приготовьте картинки, на которых кто-то что-то делает. Спрашивайте малыша: «Что он делает?» Следите, чтобы ребенок произносил правильные окончания.

Подберите картинки с изображением животных или людей. Спрашивайте: «Кто это?» – «Заяц с зайчонком, корова с теленком, два щенка и т. д.»

Поработайте над глаголами в **будущем времени:** «Что мишка *будет* есть? А кто *будет* есть банан? А ты что *будешь* есть? А я *буду* пить молоко».

Поработайте над глаголами в **прошедшем времени,** например поиграйте в «Теремок»: «Кто пришел в теремок?» – «Мышка пришла, лягушка пришла».

Категория времени осваивается лишь после того, как ребенок освоил соотношение действия с моментом речи, то есть в его сознании появилась некая точка отсчета, по отношению к которой можно разграничить настоящее, прошлое и будущее (в среднем это происходит в конце второго года).

Займитесь словообразованием: «Каша из гречки, риса, манки, пшена – какая? Гречневая, рисовая, манная, пшенная. А отвар какой? Гречневый, рисовый, пшенный и т. д.»

Изучайте уменьшительно-ласкательные суффиксы. Например, приготовьте картинки животных и их детенышей, разложите их вместе с малышом по парам: «Заяц и зайчонок», «Медведь и медвежонок», «Белка и бельчонок» и т. д.

Приготовьте маленькие и большие предметы или их изображения. Объясните, что «Это дом, а это домик, маленький», «Это огурец, а это огурчик, такой маленький».

Играйте в «продолжалки». Например, используйте сказку: «Заяц-хваста», по ней ребенок может освоить увеличительный суффикс – *ищ-:* «…начал заяц хвастать перед другими зайцами:

– У меня не усы, а *усищи,* не лапы, а *лапищи,* не зубы, а зу*бищи* – я никого не боюсь!»

Пусть малыш продолжает по аналогии, прослушав сказку

пару раз в вашем исполнении: «У меня не усы, а…» – «Усищи», «У меня не глаза, а…» – «Глазища».

Загадывайте загадки, например: «Глаз*ища, усищи,* когт*ищи,* хвост*ище,* а моется всех чище». (Кот)

Задавайте вопрос «чей?». Подберите несколько предметов, принадлежность которых известна малышу, спросите: «Чье это платье?». Если он не сможет ответить, помогите ему: «Мамино?». (Выделяйте голосом окончание.) Добивайтесь, чтобы малыш отвечал «Это мое» или «Это не мое, твое, его», когда он начнет осваивать местоимения.

Поиграйте с помощью игрушек: «Чья это морковка?» – «Зайкина», «Это чьи усы?» – «Кошкины», «Это чьи ботинки?» – «Сашины» и т. д.

Обратите внимание на **единственное и множественное число.** Возьмите несколько предметов (или картинок, на которых изображены один и несколько одинаковых предметов). Показывайте и объясняйте: «Это гриб, а это грибы», «Вот мячик, два мячика, много мячиков, мячики, девочка играет *мячиком,* а жонглер мячикалш жонглирует». Рассматривая картинки, используйте метод «трехступенчатого урока».

Тренируем дыхание и артикуляцию

Прежде всего, когда рассказываете малышу сказки, стихи и упоминаете ветер, поучите ребенка дуть, дуйте ему в лицо, со временем он начнет подражать вам. Потом вы можете поиграть, предлагая ребенку подуть: дайте малышу маленький кусочек распушенной ватки, объясните, что это снежинка, она летает, когда дует ветер. Дуть нужно ртом, округленными губами, плавно, а вдыхать через нос.

Сделайте из бумаги бабочку или самолетик, прикрепите ее на ниточку, покажите ребенку, как она будет порхать, если на нее подуть. Нужно добиваться того, чтобы выдох был как можно более долгим.

Сделайте дерево: вырежьте из бумаги несколько полосок бумаги, приклейте к палочке или карандашу, «ветер» будет колыхать листву. Такие упражнения развивают также воображение. Подуйте вместе на кусочек бумажки или пламя свечи. Важно, чтобы выдох не был резким, иначе свеча потухнет, дуть нужно плавно и легко. Сделайте (или купите) вертушку или игрушечную мельницу, научите малыша дуть на крылья так, чтобы они вертелись.

Вырежьте из бумаги птичек и поставьте у самого края стола. Командуйте: «Птички полетели», дуйте вместе только один раз, выдох должен быть очень долгим, чтобы они улетели как можно дальше. Покажите ребенку, как дышит собачка, когда ей жарко: высунув язычок, шумно, быстро. Научите малыша дуть на горячее, а также греть ручки – пусть вдыхает носом, а выдыхает ртом, согревая поднесенные к губам руки.

Иногда дети смешивают понятия «вдох» и «выдох», а также «вдох и выдох ртом и носом». Научите ребенка нюхать цветочек (нужно сделать глубокий вдох носом, а потом выдохнуть со звуком [а]). Сорвите отцветший одуванчик и дуйте на него так, чтобы слетели пушинки. Следите за тем, чтобы он хорошо надувал щечки, не проглатывал и не выдыхал воздух.

Артикуляционную гимнастику вы можете делать во время прогулки, обеда, в очереди в поликлинике, в автобусе, да и вообще где угодно. Много времени и сил она не требует.

Примеры упражнений:

– широко открыть рот (жарко), закрыть рот (холодно);

– надуть щеки (как будто шарик), втянуть щеки;

– облизать губки по кругу, с силой дотянуться язычком до носика, щек, подбородка (представьте, что вы выпачкались в варенье);

– облизать тарелочку, как это делает киска;

– приоткрыть ротик, побарабанить язычком по верхним зубам (словно барабанщик);

– поцокать языком (лошадка скачет), потом пофыркать, можете при этом играть с игрушечной лошадкой.

Поиграйте с паровозиком или покажите на картинке (погудите «у-у»), губы сложены трубочкой. Покажите ребенку часы с маятником, точно так же подвигайте языком: вправо-влево, в уголки рта, пусть малыш изображает часы.

Где нас подстерегают опасности?

"Все без исключения родители страшно гордятся первым словом своего крохи и ревниво сравнивают его успехи с достижениями соседского малыша: «А ваш что уже умеет говорить?» И неудивительно, человеческий детеныш отличается от других детенышей на Земле – и это самое явное его отличие – умением разговаривать. Ребенок, отстающий в речевом развитии, вызывает сожаление и оправданное беспокойство родителей, а преуспевающий – гордость и умиление. С развитием речи связано развитие так называемого «вербального интеллекта», умение рассуждать и обобщать, делать выводы и т. д.

Кроме того, умение говорить – одно из важных условий успешной социализации – вхождения ребенка в общество. Каждый человечек, подрастая, ищет свое место в социуме. И здесь многое определяется тем, чем он может выделиться и чем схож со сверстниками, может ли завоевать симпатию окружающих. Не говоря уже о том, как важно крохе быстрее и точнее объяснить, чего он хочет, – это помогает избежать конфликтов и негативных эмоций.

Уже в детском саду плохо говорящий ребенок подвергается насмешкам и чувствует себя некомфортно. Его не понимают, а значит, и не принимают. А это может нанести огромный ущерб его психике и в дальнейшем помешать успешной адаптации в маленьких и больших коллективах. Поэтому армия логопедов, лингвистов и педагогов никогда не останется без работы, разве что человечество перейдет на принципиально иной способ общения, например будет обмениваться мыслями на расстоянии.

Я и не пытаюсь оспаривать прелестей раннего развития речи, тем более что сама советую родителям, как достичь в этом максимального успеха. Только один факт сидит в моем сердце занозой: Эйнштейн не говорил до четырех лет…

Наивная картина мира

Существует в науке такое понятие, как «наивная картина мира» (образ, модель мира) – представление о мире, которое свойственно обществу (вернее, его членам) на определенном этапе развития. Почему наивная? Потому что она может кардинально отличаться от научной картины той же эпохи и того же сообщества.

Обычно наивная картина мира отражена в языке, и не просто

отражена – закреплена. Не удивительно, что в языке эскимосов около сорока наименований снега (для снега пушистого, гладкого, рыхлого и т. д. есть специальное слово), ведь они живут в мире снега. А у японцев почти столько же наименований оттенков и цветов (это у нас есть светло-розовый и темно-темно-красный, а у них каждый оттенок имеет свое название). Другой язык не передает тех нюансов снега или цвета, которые с детства знакомы говорящему на эскимосском или японском. Эти детали, существующие в картине мира японца или эскимоса, и усваиваются маленьким ребенком, когда он учится говорить. Ему не приходит в голову, что может быть по-другому (а ведь у других народов все иначе, значит, это не «как на самом деле», а «как говорят» на другом языке).

Пока маленький ребенок не знает, как все говорят, он не ограничен рамками языка. Ведь японец видит наименования оттенков, выделяет их в мире, а кто-то не видит. Пока никто не объяснил ребенку, что и как называется, для чего предназначено, а для чего уж точно не предназначено, он должен сам это узнать. Язык – это в некотором смысле фильтр, который накладывается на свежее и непосредственное восприятие мира.

Тайны мозга

Мы воспринимаем и перерабатываем сигналы, поступающие из окружающего мира, они отражаются в мозге в виде непосредственных ощущений, представлений, впечатлений: мы любуемся цветами, чувствуем их запах, слышим шелест листвы. Этот комплекс восприятия, эти сигналы помогают нам ориентироваться в окружающем пространстве – одни предупреждают об опасности, другие – о наслаждении и т. д.

Запах цветка вызывает представление о самом цветке – это след от непосредственных ощущений. И. П. Павлов назвал это первой сигнальной системой, она у нас такая же, как у животных.

Но кроме того, у людей есть вторая сигнальная система: явления действительности отражаются в мозге в виде особых условных сигналов – слов. И здесь непосредственные ощущения не имеют значения. Слово «роза» не передает аромата цветка, оно совмещает в себе множество ощущений от множества роз, то есть обобщает.

Пока ребенок не владеет словом, он живет в мире непосредственных ощущений, он познает мир: нюхает, слушает, ощупывает, рассматривает. Развивается кинестетическая, аудиальная и визуальная системы восприятия (представления)

мира, то есть восприятие мира с помощью чувств является первичным.

Овладев словом (и вообще таким способом передачи информации), ребенок уже вроде бы и не нуждается в том, чтобы ощущать – нюхать или щупать. Узнал, как называется, «прикрепил этикетку» – и все. Зачем нюхать розу, если мама расскажет, какая она красная, как прекрасно пахнет?

А вот нюхать как раз очень нужно, чтобы не было перекоса в развитии одной из сигнальных систем (в этом случае в сторону второй). Если это происходит, отражение мира идет в основном через слова. Такой человек может рыдать над рассказом о жизни ребенка-сироты, но быть равнодушным к детям в жизни. Такой тип людей Павлов назвал «мыслительным», а людей с сильно развитой первой системой (живущих непосредственно ощущениями) – «художественным» типом.

Но есть еще гармонический тип, когда первая и вторая системы находятся в состоянии равновесия. Помочь ребенку стать гармоничным человеком можно, развивая его речь, но не забывая и о живом восприятии мира.

Итак, развивайте разные системы восприятия и внутреннего представления мира. Легче всего это делать в игре: «Отгадай, что так пахнет», «Что это звучит?», «На что это похоже (веточка, облако, рельеф)?».

Не упускайте случая обращать внимание ребенка на то, как прекрасен и удивителен этот мир, сколько в нем красок, звуков, цветов, как изменчива природа. Не отмахивайтесь, если малыш принес для вас шишку или камешек, листик или цветок: понюхайте и рассмотрите его. Любуйтесь миром вместе с ребенком так, словно вы увидели его впервые, тогда перекос «в одну сторону» вам не грозит.

Еще один язык?!

В наши дни много семей, где дети учатся говорить сразу на двух (и более) языках. Иногда для этого нанимают няню или гувернантку, говорящую на иностранном языке, а зачастую иностранный язык «преподают» сами родители, тем более что смешанные браки – не редкость. Люди, владеющие двумя языками, называются билингвами (причем речь идет о практически равновесном, насколько это возможно, владении языками). Мнения исследователей о последствиях билингвизма сегодня различны – ему приписывают как нейтральное, так и отрицательное и, напротив, положительное значение для развития ребенка.

Никаких подтвержденных данных о вреде билингвизма не существует. Это я специально выясняла, заверяю как лингвист и специалист по детской речи.

Есть лишь один момент, к которому «цепляется» большинство логопедов: дети-билингвы начинают говорить позже. Но это не удивительно, ведь им приходится осваивать и анализировать сразу несколько языковых систем. У таких малышей, кроме того, какое-то время наблюдается некоторая неразбериха в употреблении слов из разных языков – начать фразу они могут на одном языке, а закончить – на другом. Но это объяснимо даже простой экономией усилий: русское «собака» длиннее английского «dog». Конечно, проще сказать коротенькое слово.

Но временные трудности проходят, а у ребенка остаются в арсенале несколько языков, а значит, и несколько культур, отличный фонематический слух и много возможностей. Экспериментально доказано, что у детей-билингвов выше коэффициент умственного развития IQ, особенно в отношении обучаемости новым иностранным языкам, а также новым знаковым системам в широком смысле, например искусственным языкам программирования и т. п. Когда второй язык усваивается в раннем детстве, это происходит благодаря тем же механизмам, что необходимы для усвоения первого языка. Такое владение качественно отличается от овладения языком в более позднем возрасте, поскольку этот процесс уже не может проходить полностью спонтанно.

Идеальная ситуация, когда один человек говорит с ребенком на одном языке, а другой – на другом.

Этот вариант считается классическим, применяется уже почти 100 лет в разных странах и сформулирован французским лингвистом М. Граммонтом. Свои принципы М. Граммонт описал,

давая советы друзьям, которые хотели воспитать еще только ожидаемого ребенка во французско-немецком билингвизме: «Ничему не учите ребенка. Достаточно говорить с ним на одном из тех языков, которые ему необходимо выучить. Суть в том, что каждый язык должен быть олицетворен в различных личностях. Никогда не меняйте ролей. В этом случае ребенок начнет говорить на двух языках, не замечая этого и без особых усилий». Таким образом, мать должна была говорить с ребенком только по-немецки, отец – по-французски. Друзья Граммонта точно следовали всем его советам. Их ребенок Луи уже к 2 годам различал языки, в 3 года 5 месяцев точно произносил фонемы обоих языков, говорил на обоих языках как на родных к 3 годам 10 месяцам.

С тех пор многочисленные исследования и наблюдения подтвердили, что когда ребенок воспитывается по принципу «один родитель – один язык», то: 1) два языка осваиваются одновременно; 2) на уровне использования нет смешения этих двух языков; 3) с очень раннего возраста дети стремятся использовать все возможные функции языка.

Этот принцип может реализоваться не только родителями, но и друзьями, родственниками, нянями, гувернантками. Важно, чтобы эти люди достаточно много времени проводили с малышом, общаясь на одном языке. На каждом из двух языков с ребенком может говорить несколько человек, главное, чтобы *каждый всегда использовал в обращении к ребенку только один язык.* Если это возможно, то и с другими людьми желательно говорить на этом же языке. Тогда кроха быстрее осознает различие между двумя языками, на которых с ним говорят, и меньше будет смешивать единицы этих языков. Считается допустимым общение родителей между собой на разных языках – со временем ребенок поймет, что он и сам может общаться на двух языках. Но до трех-четырех лет малышу можно облегчить жизнь – говорить при нем четко и не «перескакивать» с языка на язык. Если в семье не один ребенок, пусть он сам выбирает, на каком языке будет общаться с братом или сестрой.

Если вам не посчастливилось иметь супруга-иностранца или няню, свободно владеющую иностранным языком, вы можете изучать с ребенком еще один язык самостоятельно или начать ходить в группу для самых маленьких. Двух-трех часов конечно маловато – это подходит, скорее, для ознакомления с языком, развития слуха и языковых способностей вообще. В такой ситуации для русскоговорящих детей в качестве первого языка идеален французский – он очень музыкальный, и им лучше заняться еще до года.

На иностранном языке, как и на родном, нужно говорить много, ясно и четко называть предметы, показывая на них, рассказывать сказки, петь песенки, читать стихи и книжки. В возрасте до трех лет на занятиях иностранным языком должно быть много движения, музыки и песенок, которые много раз повторяются, а также много сенсорики (предметы и игрушки, которые можно ощупывать, фрукты, которые можно пробовать и нюхать, и т. д.). Педагог ни в коем случае не должен переходить на русский язык, соблюдая принцип «один человек – один язык». Тогда мотивация у ребенка намного выше, ведь «этот человек» говорит только на иностранном языке.

Использование аудио– и видеозаписей может быть прекрасным подспорьем, если тот, кто учит ребенка второму языку, видится с ним недостаточно часто. Пусть этот человек запишет то, что малыш больше всего любит, не забывая в перерывах между сказками, песенками и стихами обращаться непосредственно к нему (как он делает это обычно). Таким образом, слушая запись, ребенок будет испытывать те же чувства, что и в присутствии этого человека. И вообще, слушайте как можно больше песенок на языке, который изучаете. Если «ваш» язык английский, воспользуйтесь музыкальной ручкой «Знаток» – к ней выпущено множество озвученных плакатов и книг.

Если вы сами занимаетесь с малышом, приучайте его к различию в звучании двух языков. Прежде чем начать говорить с ним на другом языке, пойте песенки на этом языке, давайте слушать записи.

После того как ребенок уже привык к родному языку, в возрасте около года, введите в ежедневный обиход моменты, когда вы будете говорить с малышом на другом языке. Не забудьте сопроводить переход на иностранный язык специальным ритуалом, например поверните ребенка лицом к себе и скажите ему, глядя в глаза: «And now we're going to speak English. This is your nose, your mouth, hand, foot, stomach, hair…» Говоря это, дотрагивайтесь до тех частей тела ребенка, которые называете. В конце урока совершите ритуал перехода на родной язык: «А теперь мы снова будем говорить по-русски: вот твой нос, рот, рука, нога, живот, волосы…»

В возрасте от года до полутора лет ребенок начинает всерьез интересоваться книгами и любит, когда ему объясняют, что нарисовано на картинке. Часто у него уже есть любимое произведение. Если он хорошо знает его содержание на родном языке, попробуйте пересказать сюжет на иностранном. Во время «урока» после обычного ритуала и вашего монолога на иностранном языке скажите малышу: «Сейчас произойдет что-то

особенное». Возьмите книгу и продемонстрируйте, что ее можно перевести на другой язык.

Полутора-двухгодовалого ребенка можно попытаться заинтересовать словарем с картинками. В идеале на каждой странице должно быть несколько иллюстраций. Покажите малышу изображение, соответствующее произнесенному вами слову; потом попросите его, чтобы он сам нашел нужный рисунок. Вставьте слово в различные фразы, выделяя его голосом. Попросите ребенка сказать это слово еще раз. Позже он сможет воспроизводить уже целые фразы. Выработайте привычку обязательно повторять то, что вы прошли накануне. Прочитав книгу до конца, начните читать ее с начала, если, конечно, она нравится малышу. Работа со словарем – наилучшее средство расширить словарный запас и сделать употребление слов более точным.

Когда вы убедитесь, что ребенок понимает сказки и другие истории, которые вы рассказываете на родном языке, переведите их на иностранный. По возможности выбирайте книги, содержащие всего по несколько слов на странице. Пусть малыш повторяет за вами фразу за фразой. Затем помогите ему перевести текст.

Если родители свободно владеют языком, который изучает ребенок, можно говорить на иностранном языке, когда вы остаетесь вдвоем с малышом. Определите время проведения таких занятий, а если это невозможно, не забывайте, что короткий ежедневный урок и диски также приносят малышу огромную пользу.

Хорошо показывать ребенку мультфильмы на иностранном языке. Малышам безразлично, на каком языке говорят герои мультфильмов.

Передаем информацию через ведущий канал восприятия ребенка

В первой книге я подробно писала о том, что дети различаются ведущим каналом восприятия. Младенец-зритель, младенец-слушатель или младенец-деятель (кинестетик) будут и после года отличаться в своих предпочтениях, играх и даже в развитии. Например, ребенок-аудиал имеет больше преимуществ в развитии речи. Ведь он предпочитает получать информацию с помощью слуха, хорошо различает звуки и раньше начинает говорить. Вам будет легко опереться на его врожденную способность: пойте и разговаривайте с таким малышом как можно больше, четко произносите слова, включайте аудиосказки.

Ребенок-визуал скорее всего будет очень любить красивые книги и слайды, занятия, связанные с развитием мелкой моторики. Воспользуйтесь этим, направьте свои усилия именно в эту сторону. Собирайте детскую библиотеку и не ленитесь читать малышу, вместе складывайте пазлы, рисуйте и нанизывайте бусинки.

А вот если ваш кроха кинестетик, вам придется проявить фантазию. Слушать чтение он будет только в том случае, если вы придумаете какие-то действия – будете похлопывать его по спинке в такт стихам, «вытягивать» репку (тянуть за руки), читая сказку, «тереть посуду» (растирать его), читая «Федорино горе», и т. п. Возможно, ему понравятся книжки с наклейками. Не исключено, что он заговорит позднее своих сверстников, зато будет опережать их в двигательных навыках.

Наблюдайте за своим ребенком и всегда используйте его сильные стороны, смотрите на его особенности как на преимущества.

Ваш ребенок скорее всего зритель, если он:

– охотно собирает пирамидки и играет в конструктор;

– любит играть в кубики;

– с удовольствием рисует восковыми мелками и красками;

– в играх предпочитает задействовать руки и пальцы;

– любит смотреть по сторонам, когда качается на качелях;

– часто отходит в сторону, чтобы его не трогали;

– свои эмоции выражает с помощью мимики;

– когда хочет что-то выразить, реагирует жестами, а не звуками;

– любит наблюдать за происходящим вокруг, а не

участвовать;

– часто играет тихо;

– удивляется вспышкам эмоций у других людей;

– сам не очень эмоционален, скорее сдержан, спокоен;

– хорошо запоминает лица;

– запоминает все лучше после демонстрации;

– поздно начал лепетать, вообще молчалив;

– все замечает;

– любит книжки с картинками;

– во время игры наблюдает за своими руками;

– обследует руками маленькие предметы;

– охотно собирает маленькие вещицы;

– легко отвлекается, если сменить обстановку;

– все время рассматривает окружающие его предметы, картинки;

– любит зеркало;

– любит игрушки с рычажками и кнопками;

– любит «ладушки»;

– любит, когда ему строят рожицы;

– слушает неохотно и недолго;

– мало двигается всем телом;

– любит играть в «прятки»;

– может проснуться от яркого света;

– имеет маленький словарный запас по сравнению со своими сверстниками.

Ваш ребенок скорее всего слушатель (аудиал), если он:

– рано начал лепетать и гулить, вообще любит «поговорить»;

– легко следует инструкциям;

– пытается подражать звукам речи;

– вспыльчив;

– любит шумные игры;

– любит стихи, песни, кукольные представления;

– всегда прислушивается к разговорам;

– любит, когда вы поете колыбельные;

– издает какие-то звуки (болтает), играя со своими игрушками;

– старается извлечь из игрушки какие-нибудь звуки;

– поздно научился сидеть, но при этом много лепетал;

– больше любит произносить звуки, чем двигаться;

– предпочитает шумящие и поющие игрушки;

– успокаивается, заслышав музыку, пение;

– отвлекается, если предложить ему ксилофон или детское пианино;

– щелкает языком, чмокает губами;
– любит разговаривать по игрушечному телефону;
– стучит крышками кастрюль;
– любит слушать сказки;
– очень чутко спит, просыпаясь от шума;
– любит слушать кассеты и диски;
– знает (узнает) простейшие стихи и сказки;
– обладает большим сравнительно с другими словарным запасом;
– любит, когда с ним разговаривают, старается отвечать;
– во время игры явно предпочитает движению разговоры;
– любит тесный контакт, но ему не нравится, когда до него дотрагиваются, особенно посторонние;
– свои эмоции выражает при помощи интонации, часто театрально.

У такого малыша недостаточно хорошо развита координация, зато ему достаточно один раз услышать имя или слово, чтобы его запомнить.

Ваш ребенок скорее всего деятель (кинестетик), если он:
– мало говорит;
– больше полагается на неречевые способы общения;
– предпочитает играть на открытом воздухе, любит игры в песочнице;
– любит вынимать вещи из шкафов и складывать их на полки;
– редко играет с игрушками;
– любит лазать;
– хорошо координирован;
– предпочитает выражать эмоции жестами;
– любит, когда его теребят, поднимают, щекочут, ему хочется еще и еще;
– подвержен частым сменам настроения;
– легко запоминает и повторяет увиденные действия;
– качает головой, когда нужно сказать «нет»;
– любит, когда его укачивают и держат на руках;
– часто стучит по кроватке или другим вещам;
– любит, когда его возят в коляске, на велосипеде и т. д.;
– предпочитает динамическую гимнастику, танцы;
– очень активен, бесстрашен;
– редко лепетал;
– рано научился переворачиваться, сидеть, ползать;
– любит катать игрушки;
– любит ездить на машине;
– любит купаться;

– выгибает спину, колотит ногами, когда его что-то беспокоит;
– любит играть со своими руками и ногами;
– часто берет в рот различные предметы;
– не хочет сидеть во время еды, предпочитает двигаться;
– любит активные игры;
– любит, когда его баюкают на руках;
– всегда любил прыгать на коленях у родителей.

Такого малыша легко успокоить, если сделать ему массаж.

Определив, к какому типу относится ваш ребенок, обязательно «воспользуйтесь» его ведущей системой. Знания, которые вы хотите ему передать, должны поступать через тот канал, который у него хорошо развит. Даже просто привлечь внимание малыша лучше понятным для него словом: «смотри» для визуала (зрителя), «послушай» для аудиала (слушателя), «потрогай» для деятеля. Кроме того, не забывайте развивать и другие каналы восприятия.

Заключение

ГТе бойтесь избаловать ребенка, никого не слушайте. Я уже писала об этом и повторюсь еще. Малыш очень нуждается в родительской помощи, ласке, любит, чтобы его «пожалели», и именно тогда, когда он этого просит. Бессмысленно говорить ребенку: «Я тебя предупреждал, а ты полез, упал, не буду тебя жалеть». Ему и так плохо, и он сделал выводы, а может, не сделал и полезет снова – жажда познания его заставит.

Но ребенок должен быть уверен, что в трудную минуту вы его защитите и пожалеете, вы его тыл, на вас можно опереться всегда. И это более важный вывод, который связан с базовым доверием к миру вообще. Доверие приходит через родителей, и это самое большее, что вы можете дать ребенку в плане воспитания. А куда можно лезть, куда нельзя, он наверняка узнает и без вас.

Мы приучаем ребенка к самостоятельности, и это наша цель. Но ему может потребоваться забота как о маленьком – чтобы его покормили с ложечки или одели, когда он устал, взяли на ручки. Ему это действительно нужно, он не будет просить просто так. Значит, именно сейчас необходима поддержка родителей. Дети вообще никогда не просят о заботе просто так. Если сил и энергии для становления хватает, они предпочтут сделать все самостоятельно, а если уж просят, значит, понадобилась «подпитка».

Помню, как со старшей дочерью уже в полтора-два года я старалась «не поступаться принципами»! Боялась избаловать, где-то лишний раз помочь, стараясь ее таким образом приучить отвечать за свои действия. Требовала, чтобы она сама несла свои игрушки, даже если устала. Ответственности ей действительно не занимать, я бы сказала в избытке. И сейчас, когда дочери 13, я понимаю, что это мешает ей жить.

С каждым последующим ребенком я становилась все лояльнее и лояльнее. И сейчас понимаю, что, накатавшись на велосипеде и очень устав, сын на обратном пути будет падать и спотыкаться. Он очень нуждается в моей помощи, и это не капризы. Теперь мне не страшно, что я избалую его. Наоборот, он будет знать, что у него есть поддержка, и, возможно, научится заботиться и помогать, потому что помогали ему, а это дороже всякой ответственности. Так формируется ощущение надежности окружающего мира, уверенность в том, что потребности не останутся без внимания. Это действительно нужно для нормального развития ребенка. Когда он станет старше, стоит забрать его из лагеря, где ему плохо, даже если вы уже все

оплатили, защитить его перед учительницей, когда она не права…

Создайте ребенку такие условия, чтобы ему не нужно было постоянно бороться за свои потребности или, хуже того, смириться с тем, что потребности никто не удовлетворит, придется все делать самому.

Конечно, иногда мы отказываем детям в каких-то просьбах, но не стоит делать это слишком часто – а только когда вы действительно не можете выполнить просьбу ребенка или вред очевиден. Например, если малыш требует конфету в магазине или канючит, чтобы ему поставили очередной мультик, – почти наверняка это не насущная потребность.

Тут уж задача родителя – научиться видеть, когда ребенку что-то на самом деле нужно, а когда ему только так кажется. Иногда грань между истинными потребностями и сиюминутными желаниями малыша очень тонкая. Чтобы научиться видеть эту грань, требуется пройти длинный и непростой путь. Желаю всем удачи на этом пути!

Приложение
Игры-потешки, пальчиковые и жестовые игры для малышей

Ожидание в очереди с малышом, долгое путешествие или дорогу домой помогут скрасить веселые и полезные игры-потешки, пальчиковые и жестовые игры. Они не только веселят ребенка, но и развивают его память, внимание, помогают познавать мир, готовят базу для успешного овладения речью, помогают совершенствовать коммуникативные навыки.

Инструкция. Изображайте и озвучивайте то, о чем говорится в потешке:

• если о солнышке – можно расправить лучики-пальчики;

• если о коровке или о кошечке – можно показать рожки, помычать, помяукать;

• если идет речь о пятачке – прикоснитесь к носику, если об ушах – к ушам.

Поглаживайте или похлопывайте ребенка, когда рассказываете потешку, – одним словом, поддерживайте с ним тактильный контакт.

Будет полезно обзавестись маленькими игрушечками или наклейками с изображением зверей, о которых рассказывается в потешке, тогда потешание ребенка превратится в долгую увлекательную игру, а вам не придется брать с собой в путешествие чемодан игрушек.

Можно нарисовать рожицы или шапочки на пальцах или надеть на них шапочки из фантиков, тогда каждый палец превратится в забавного человечка.

Конечно же, у вас будет несколько любимых потешек и пальчиковых игр, и они помогут в те моменты, когда ребенка нужно будет отвлечь или успокоить. Выбирайте те, которые вам и ребенку по душе!

* * *

Солнышко-ведрышко,
Взойди поскорей,
Освети, обогрей Телят да ягнят,
Еще малых ребят!
Моего любимого (имя ребенка).

Изображаем пальцами лучикив конце обнимаем и целуем ребенка.

* * *

Петя, Петя, петушок,
Золотой гребешок,
Масляна головка,
Шелкова бородка,
Что ты рано встаешь,
Зачем громко поешь?
Зачем громко поешь —
(Имя ребенка) спать не даешь?

Изображаем петушкакоторый машет крылышками; касаемся разных частей тела ребенка – головы, подбородка; грозим пальцем.

* * *

Лисеночек в норке,
Бельчонок в дупле,
А кто в кулачке
В темноте и тепле?

В кулаке ребенка можно зажать маленькую игрушку или большой палец.

* * *

Зайчик?
– Нет!
Мышка?
– Нет!

Продолжаем перечислять зверюшек, а затем восторженно заканчиваем: «Вот здесь кто спрятался!»

* * *

Двое маленьких мышат
Под столом (диваном, подушкой, стулом….)
Очень весело шуршат.
Так скребутся мыши,
То сильней,
То тише.

Изображаем, как скребутся мыши, – скребем ноготками.

* * *

Не нужна такая суета,
Вы разбудите кота.
Мяу!

Весело хватаем ребенка.

* * *

Вдоль по реченьке лебедушка плывет,
Выше бережка головушку несет.
Белым крылышком помахивает,
На цветы водичку стряхивает.

Изображаем лебедушку; помахиваем руками и встряхиваем их.

* * *

Пошли коровушки
Около дубровушки,
Овечки – около речки,
Свиночки – около нивочки,
А кошечки —
Около горочки!

Гладим ребенка по голове, по спине, по животу, по носу и

громко мяукаем.

* * *

Ладушки, ладушки!
– Где были?
– У бабушки.
– Что ели?
– Кашку.
– Что пили?
– Бражку.
Кашка сладенька,
Бражка пьяненька,
Бабушка добренька.
Попили, поели,
Ш-у-у-у – полетели,
На головку сели!

Изображаем взмахи крыльев, в конце кладем руки на голову ребенка.

* * *

Козушка —
Белоногушка
По лесу ходила,
Волка дразнила:
– А я волка не боюсь,
Я серого не страшусь:
Я от серого волка
Под березой схоронюсь.

Изображаем рогатую козу, в конце прячемся – закрываем лицо руками.

* * *

Ходит конь по бережку,
Вороной-то по зеленому.
Он головушкой помахивает,

Рыжей гривушкой потряхивает,
Золотой уздой побрякивает,
Все колечушки-то – бряк-бряк-бряк!
Золотые они – звяк-звяк-звяк!

Изображаем коня, цокаем языком.

* * *

Ах ты, Домнушка —
Красно солнышко!
Вставай с печи,
Гляди в печь —
Не пора ли блины печь?

Хлопаем руками, как будто печем блины.

* * *

Свинка Ненила
Сыночка хвалила:
То-то хорошенький,
То-то пригоженький —
Ходит бочком,
Уши торчком,
Хвостик крючком,
Нос пятачком!

Гладим ребенка или игрушку, в конце нажимаем на носик.

* * *

– Курочка-рябушечка,
Куда ты пошла?
– На речку.
– Курочка-рябушечка,
Зачем ты пошла?
– За водичкой.
– Курочка-рябушечка,

Зачем тебе водичка?
– Цыпляток поить.
– Курочка-рябушечка,
Как цыплята просят пить?
– Пи-пи-пи, пи-пи-пи!

Складываем пальцы в щепоть и изображаем, как цыпленок раскрывает клювик.

* * *

Радуга-дуга,
Перекинься на луга,
Не давай дождя,
Давай солнышко,
Красно ведрышко.

Показываем пальцами лучики.

* * *

Сорока, сорока,
Сорока-белобока,
Кашу варила,
На порог скакала,
Гостей созывала,
Гости на двор —
Каша на стол.
Этому дала на блюдечке,
Этому на тарелочке,
Этому в ложечке,
Этому поскребышки,
А этому не досталось.
– Ты воду не носил,
Дрова не рубил,
Печку не топил,
Кашу не варил!
Шу-у-у – полетели,
На головку сели!
Тут кашку и съели…

Варим на ладошке ребенка кашу, загибаем пальчики; в конце изображаем взмахи крыльев и опускаем руки на его голову

* * *

Медведь топучий,
Разгони тучу,
Разгони тучу —
Дам овса кучу.
Разгони туман —
Дам пирог румян.

Показываем, как ревет мишка, даем в руки ребенку воображаемые овес и пирог.

* * *

Привяжу я козлика к белой березке,
Привяжу рогатого
К белой березке.
– Стой, не бодайся!
Белая березка,
Стой, не качайся!

Изображаем козлика, покачиваемся затем останавливаемся.

* * *

Лиса-лисонька-лиса,
Лиса – рыжая краса,
У амбара пробегала,
Крынку с маслом увидала.
Стоит крынка в холодке
В огороде, в уголке.
– Как бы в крынку влезть,
Как бы масло съесть?

Пробегаем пальцами по руке, груди, спине ребенка; облизываемся и причмокиваем.

* * *

Гуси, гуси!
– Га-га-га!
– Есть хотите?
– Да! Да! Да!
– Ну летите!
– Нет! Нет! Нет!
Серый волк под горой Зубы точит,
Есть нас хочет!
– Ну летите, как хотите,
Только крылья берегите!

Здесь акцент делаем на жестах «да» и «нет», активно киваем головой, затем машем руками.

* * *

Ай, ду-ду, ду-ду, ду-ду!
Сидит ворон на дубу,
Он играет во трубу,
Труба точеная —
Позолоченная.
Утром он в трубу трубит,
А к ночи сказки говорит.
Сбегаются зверюшки —
Ушки на макушке
Ворона послушать,
Пряничка покушать.

Складываем руки рупором, изображаем трубу; показываем ушки на макушке; воображаемый пряничек подносим ко рту.

* * *

Барашеньки —
Крутороженьки
По лесам ходили,
По дворам бродили,
В скрипочку играли,

(Имя ребенка) потешали.
А совища из лесища
Глазищами хлоп-хлоп.
А козлище из хлевища
Ножищами топ-топ!

* * *

Тень-тень-потетень,
Выше города плетень.
Сели звери на плетень,
Похвалялися весь день.
Похвалялася лиса:
– Всему лесу я краса!
Похвалялся медведь:
– Могу песни я петь!
Похвалялися ежи:
– У нас шубки хороши!
Похвалялся зайка:
– Пойди, догоняй-ка!

Можно загибать пальцы ребенка.

* * *

Дай молочка, буренушка,
Хоть капельку – на донышко.
Ждут меня котята,
Малые ребята.
Дай им сливок ложечку,
Творогу немножечко!

Изображаем рога, затем складываем обе руки чашечкой, как бы выпрашивая сливки и творог.

* * *

Стучит, бренчит на улице —
Фома едет на курице,

Тимошка на кошке —
Туда ж по дорожке.
– Куда, Фома, едешь,
Куда погоняешь?
– Сено косить.
– На что тебе сено?
– Коров кормить.
– На что тебе коровы?
– Молоко доить.
– На что тебе молоко?
– (Имя ребенка) поить!

* * *

Иголка, иголка,
Ты остра и колка!
Не коли мне пальчик,
Шей сарафанчик!

Покалываем палец ребенка воображаемой иглой.

* * *

У волка болй,
У зайца болй,
У медведя болй,
А у (имя ребенка) заживи!

Целовать и приговаривать потешку, если ребенок ударился.

* * *

Зайчишка-трусишка
По полю бежал,
В огород забежал,
Морковку нашел —
Сидит грызет:
– Ай, кто-то идет!

Изображаем ушастого зайку, а в конце прячемся – закрываем лицо руками.

* * *

Тили, тили, тили бом!
Загорелся Кошкин дом.
Кошка выскочила,
Глаза выпучила.
Бежит курица с ведром,
Заливает кошкин дом.
А собачка лает,
Ничего не помогает.

Изображаем, как выскочила кошка, делаем «большие» глаза, а в конце показываем, как лает собака.

* * *

Кач, кач, кач —
Купим Ванечке калач
Да конфетинку —
На заединку!

Качаем ребенка за руки.

* * *

Раным-рано поутру
Пастушок: «Ту-ру-ру-ру!»
А коровки в лад ему
Затянули: «Му-му-му!»
Ты, коровушка, ступай,
В чисто поле погуляй,
А вернешься вечерком —
Нас напоишь молочком.

* * *

Летели кукушки
Через три избушки.
Как они летели,
Все люди глядели,
Как они садились,
Все люди дивились.

Изображаем взмахи крыльев; делаем «большие» глаза; показываем удивление, поднимая плечи и разводя руки в стороны.

* * *

Сидит, сидит зайчик,
Сидит зайка серый
Под кустом,
Под кустом.
Охотники едут,
Едут-скачут в поле
Во пустом,
Во пустом.
– Вы, охотнички, скачите,
На мой хвостик посмотрите:
Я не ваш,
Я ушел.

Изображаем зайку (какие у него длинные уши); охотника с ружьем; а потом разводим руки – зайка убежал.

* * *

Волк-волчок,
Шерстяной бочок,
Через ельник бежал,
В можжевельник попал,
Зацепился хвостом —
Ночевал под кустом.

* * *

Тюшки, тюшки!
На горе пичужки.
Подниму дочушку (сыночка)
На крутую горку.
Бух! Покатились —
С горки свалились.

* * *

Наша-то хозяюшка
Сметлива была —
Всем в избе работушку
К празднику дала!
Чашечку собачка
Моет языком,
Мышка собирает
Крошки под окном,
По столу котище
Лапою скребет,
Половичку курочка
Веничком метет!

Можно загибать пальцы ребенка или изображать описываемые действия.

* * *

Как у нас семья большая
Да веселая:
Две у лавки стоят;
Два учиться хотят;
Два Степана у сметаны
Объедаются;
Две Дашки у кашки
Питаются;
Две Ульки в люльке
Качаются;
Одна Маша не наша,
Да и та хороша.

Загибаем по два пальца ребенка.

* * *

Как на тоненький ледок
Выпал беленький снежок.
Выпал беленький снежок.
Ехал Ванюшка-дружок.
Ехал Ваня, поспешал,
С доброго коня упал.
Где упал, там лежит —
Никто к Ване не бежит.
Две девочки увидали,
Скоро к Ване подбегали,
На коня Ваню сажали.
Путь-дорогу показали.

Гладим руками по столу или полу, изображая снежок; хлопаем ладошкой – упал; цокаем язычком.

* * *

Дедушка Ежок,
Не ходи на бережок:
Там растаял снежок,
Заливает лужок.
Ты промочишь ножки,
Красные сапожки!

Делаем массаж ног ребенка.

* * *

– Я медведя поймал!
– Так веди сюда!
– Не идет.
– Так сам иди!
– Да он меня не пускает!

* * *

– Тады-рады, тынка —
Где же наша свинка?
– Тады-рады-толки:
Съели свинку волки!
– Тады-рады-тутки:
С волком плохи шутки!
– Тады-рады-тышка —
Выходи, трусишка!

Прячем большой палец в кулаке ребенка, а затем находим.

* * *

– Дождик, дождик, веселей
Капай, капай, не жалей!
Только нас не замочи!
Зря в окошко не стучи —
Брызни в поле пуще:
Станет травка гуще!

Изображаем пальцами падение капель дождя.

* * *

Ты, мороз, мороз, мороз,
Не показывай свой нос!
Уходи скорей домой,
Стужу уводи с собой.
А мы саночки возьмем,
Мы на улицу пойдем,
Сядем в саночки – самокаточки.

Катаем ребенка на пледе, как на саночках.

* * *

Как у нас-то козел,
Что за умный был:
Сам по воду ходня,
Сам кашу варил,
Деда с бабой кормил.

Делаем рожки.

* * *

Сел комарик под кусточек,
На еловый на пенечек,
Свесил ноги на песочек,
Сунул носик под листочек —
Спрятался!

Складываем пальцы щепотью, изображая комарика, накрываем другой рукой – прячем.

* * *

Посылали молодицу
Под горушку по водицу,
А водица далеко,
И ведерко велико.
Наша (имя ребенка) подрастет,
(Имя ребенка) силы наберет,
Станет по воду ходить,
Ведра красные носить.

* * *

Скок-поскок,
Сколочу мосток,
Серебром замощу,
Всех ребят пущу.

Ударяем кулаком по кулаку.

* * *

Коза-хлопота
День-деньской занята:
Ей – травы пощипать,
Ей – на речку бежать,
Ей – козляток стеречь.
Малых деток беречь.
Чтобы волк не украл,
Чтоб медведь не задрал,
Чтобы лисонька-лиса
Их с собой не унесла.

Загибаем пальцы ребенка.

* * *

Мыши водят хоровод,
На лежанке дремлет кот.
Тише, мыши, не шумите,
Кота Ваську не будите.
Вот проснется Васька-кот,
Разобьет весь хоровод.

Грозим пальцем, весело хватаем ребенка.

* * *

Как петух в печи пироги печет,
Кошка на окошке рубаху шьет,
Поросенок в ступе горох толчет,
Конь у крыльца в три копыта бьет,
Уточка в сапожках избу метет.

Загибаем пальцы ребенка.

* * *

На улице
Две курицы
С петухом дерутся.
Две девушки-красавицы
Смотрят и смеются:
– Ха-ха-ха! Ха-ха-ха!
Как нам жалко петуха!

Загибаем пальцы ребенка.

* * *

Ходит кот по лавочке,
Водит кошку за лапочки:
Топы, топы по лавочке!
Цапы, цапы за лапочки!

Держим ребенка за руки, топаем ногами.

* * *

На пеньке пять опят,
У пенька пять ребят.

Показываем кулак – пенек, затем считаем пальцы.

* * *

– Ты, рябинушка
Раскудрявая,
Ты когда взошла,
Когда выросла?
– Я весной взошла,
Летом выросла,
По зорям цвела,
Солнцем вызрела.

* * *

Как у нашего соседа
Весела была беседа:
Гуси – в гусли,
Утки – в дудки,
Овцы – в донцы,
Тараканы – в барабаны.

Загибаем пальцы ребенка.

* * *

Дятел дерево долбит:
Тук-тук-тук!
Целый день в лесу стоит стук-стук-стук!

Стучим одной рукой по другой, затем меняем руки.

* * *

– Тук-тук-тук!
– Да-да-да!
– Можно к вам?
– Рад всегда!

* * *

Совушка-сова, большая голова,
На суку сидела,
Во все стороны глядела,
Да вдруг как полетит!

Крутим головой, а потом машем руками – крыльями.

* * *

Лепим мы куличики,
Круглые, как личики.
Получите из печи
Вкусненькие куличи.

Хлопаем в ладоши, затем даем воображаемые куличи.